

Es muss nicht immer geschmort sein!

Die herrliche Entenbrust schmeckt hervorragend und ist ein edles Stück Fleisch, welches sehr gut rosa gegart werden kann.

Zutaten:

- 1 Kopf Rotkohl
- 3 Äpfel z. B. Boskop
- 100 g Butter
- 2 EL Zucker
- 1 Zwiebel
- 3 Gewürznelken
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Zimtstange
- 0,2 l Rotwein
- 0,1 l Rotweinessig
- 3 EL Preiselbeeren Glas
- 100g Gänseschmalz
- 4 Barbarie Entenbrüste
- 300 g Mehl
- 4 Eier
- 1 Teelöffel Salz

Zubereitung:

Für das Rotkraut von dem Kohl die äußeren Blätter entfernen, den Kopf halbieren, den Strunk ausschneiden und die Hälften fein reiben.

Die Äpfel waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen, die Äpfel schälen und in kleine Würfel schneiden.

Das Butterschmalz in einem Topf erhitzen, die Apfelstücke dazugeben, mit Zucker bestreuen und leicht karamellisieren lassen.

Den Rotkohl dazugeben und mit andünsten.

Mit Essig und Wein ablöschen.

Die Zwiebel mit den Nelken spicken und zusammen mit der Zimtstange sowie dem Lorbeerblatt dazugeben.

Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 40 Minuten weich schmoren lassen.

Mit den Preiselbeeren und Salz abschmecken und die Gewürze sowie die gespickte Zwiebel wieder entfernen und mit einer geriebenen Kartoffel oder etwas Speisestärke Abbinden.

Die Haut der Entenbrüste rautenförmig einschneiden und würzen.

Zuerst die Hautseite und danach die andere Seite scharf anbraten.

Nun bei 120 °C für 25 Minuten im Ofen garen lassen.

Aus den angegebenen Zutaten, wie Mehl, Salz, Eier, nach Wunsch auch noch zusätzlich 1 EL Öl und so viel kaltes Wasser wie notwendig ist (das richtet sich nach der Größe der Eier und der Mehlqualität) einen zunächst etwas zähen Spätzleteig zusammenrühren.

Dieser Spätzleteig sollte nun mit einem Rührlöffel solange weiter bearbeitet und geschlagen werden, bis ein glatter glänzender Teig entsteht, welcher Blasen wirft.

Den Spätzleteig nun gut 20 - 30 Minuten zum Quellen des Mehles, in der warmen Küchen stehen lassen.

Die Spätzle nun mit einem Spätzlehobel in Kochendes, gesalzenes Wasser hobeln und ca. 2min. kochen.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82