

Club kochender Männer

Entenbrust mit Apfelwirsing

Zutaten für 4 Personen:

2 Entenbrüste (a ca. 350 g)
1 Kopf Wirsingkohl (ca. 1 kg) 1 Glas (400 ml) Geflügelfond
2 EL Butterschmalz, Salz, Pfeffer, 1 EL Rosmarinnadeln
1 Zwiebel 1/8 l Cidre (Apfelwein) 2 Äpfel
1 - 2 TL Speisestärke bunter Pfeffer zum Bestreuen

Zubereitung:

Entenbrüste in 1 Esslöffel heißem Butterschmalz erst von der Fettseite, dann von der Fleischseite goldbraun anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Rosmarin würzen. Bei mittlerer Hitze in etwa 20 Minuten zu Ende braten.

Große äußere Wirsingblätter ablösen und in kochendem Wasser blanchieren. Restlichen Kohl in Spalten schneiden und den Strunk dabei entfernen. Spalten in feine Streifen schneiden. Zwiebel würfeln. Das restliche Butterschmalz erhitzen. Zwiebel und Kohlstreifen darin andünsten. Salzen, pfeffern, mit Cidre ablöschen und etwa 10 Minuten schmoren.

Äpfel achteln, entkernen und im Bratfett der Entenbrust schwenken. Fleisch herausnehmen, Bratsatz mit Fond ablöschen und etwa 3 Minuten bei starker Hitze einkochen lassen. Stärke mit wenig Wasser verquirlen, in die Soße rühren, nochmals aufkochen, salzen und pfeffern. Einen Teil der Wirsingstreifen in die großen Blätter rollen und aufrollen. Nochmals kurz im Kohlfett braten. Entenbrust mit Kohlbällchen auf den restlichen Wirsingstreifen und Soße anrichten. Mit buntem Pfeffer bestreuen. Dazu schmecken Kroketten.

guten Appetit