



Glacierte Babarie Entenbrust mit Ingwer Orangen

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Vorbereitungszeit:** 0m
- **Zubereitungszeit:** 0m
- **Fertig in** 0m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '0', 'cook_time' : '0m', 'prep_time' : '0m', 'servings' : '', 'yield' : '' });
```

Einfach und schnell zu kochen, das hat was.

Zutaten

- (4-5 Personen)
- 2 Stück Babarie Entenbrüste
- 250g frische Stangenbohnen
- 250g frische Pfifferlinge
- 1 Schälchen Kirschtomaten
- 4-5 Scheiben Parma oder Serranoschinken
- 2-3 Orangen
- Etwas frischen, geriebenen Ingwer
- 1-2 El Honig
- 2 cl Cointreau oder Grand Marnier
- Etwas Olivenöl
- Etwas Balsamico
- 2 fein geschnittene Schalotten
- Etwas Butterschmalz
- Etwas gehackte Petersilie

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitungen:

Schritt2

Am Vortag marinieren ich die Entenbrüste wie folgt:

Schritt3

Die Brüste parieren, soll heißen: auf der Fleischseite von ev. Sehnen befreien, die Haut ev. etwas verdünnen und gitterförmig einritzen.

Schritt4

Aus dem Saft und dem Abrieb einer Orange, etwas Balsamico, etwas geriebenem Ingwer, Olivenöl und frisch gemahlenem Pfeffer eine kräftige Marinade herstellen und die Brüste damit in einen Gefrierbeutel geben; über Nacht im Kühlschrank marinieren.

Schritt5

Die Zubereitung:

Schritt6

Die Brüste eine halbe Stunde vor dem Servieren heraus nehmen, abtupfen, salzen, pfeffern.

Schritt7

In heißem Butterschmalz von beiden Seiten anbraten, Farbe nehmen lassen. Für 10-12 min. in den auf 140° C vorgeheizten Backofen schieben und langsam zu Ende garen.

Schritt8

Prüfen, soll heißen, eine Scheibe abschneiden, anschließend noch etwas „ausruhen“ lassen.

Schritt9

Die Brüste heraus nehmen und die Pfanne mit dem „Einlegesud“ und einem El Honig ablöschen, verkochen.

Schritt10

Das Gemüse:

Schritt11

Die Stangenbohnen putzen, waschen und in kochendem Salzwasser mit etwas Bohnenkraut „al dente“ blanchieren. In Eiswasser abkühlen und in 2-3 cm große „Rauten“ schneiden.

Schritt12

Die Pfifferlinge putzen, keinesfalls waschen sondern mit einer Bürste oder Küchenkrepp säubern, auf gleiche Größe schneiden.

Schritt13

Die Schalotten in etwas Butter anschwitzen und zuerst die vorbereiteten Pfifferlinge dazu geben. 2-3 min. zusammen sautieren, anschwitzen. Dann folgen die Bohnen für weitere 2-3 min. salzen, pfeffern.

Schritt14

Zuletzt die halbierten Kirschtomaten, nur ganz kurz erhitzen. Mit etwas gehackter Petersilie vollenden.

Schritt15

Die Orangen in Gänze schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Etwas Honig und Butter in einer Stielpfanne karamellisieren und mit Orangensaft und Likör ablöschen, etwas Ingwer dazu reiben.

Schritt16

Alles ganz kurz halten, reduzieren lassen und die Orangenscheiben darin wenden.

Schritt17

Anrichtevorschlag:

Schritt18

Das farbenfroh, bunte Gemüse auf einem vorgewärmten Suppenteller platzieren und vor dem Tranchieren die Brüste noch einmal in der Jus wenden, glacieren.

Schritt19

In dünnen, appetitlich rosa Tranchen auf dem Gemüse mit den Orangenscheiben anrichten und sofort servieren.

Schritt20

Gern gebe ich noch eine gebratene Scheibe dünnen Serrano Schinken dazu.

Rezeptart: Warme Vorspeisen **Tags:** barbarie ente, bohnen, ingwer, orangen, pfefferlinge

Zutaten: Tomaten

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/glacierte-babarie-entenbrust-mit-ingwer-orangen/>