

Entenbrust Wacholderlack mit Randenrisotto an Himbeerhumus

T. Grandits



Zubereitung Entenbrust

Die Entenbrüste von den Sehnen befreien. Die Federansätze mit einer Pinzette herausziehen. Anschliessend das Fett kreuzweise einschneiden. Die Entenbrüste zusammen mit 3 EL der Marinade vakuumieren und mit Dämpfen 64 °C für 22 Minuten garen. Anschliessend die Entenbrüste aus dem Beutel nehmen, abtupfen und in einer beschichteten Pfanne auf der Hautseite knusprig braten. Die Brüste wenden und ebenfalls kurz auf der anderen Seite braten.

Rezept für 4

Zutaten Entenbrust

2 Entenbrüste

Zutaten Marinade

1 EL Sherry
2 TL Salz
3 EL Zucker
2 EL Sojasauce
½ TL Wacholder,
gemahlen

Zutaten Randenrisotto

2 EL Olivenöl
1 Schalotte, fein gewürfelt
150 g Risottoreis
1 Stück Rande
4 Wacholderbeeren, ganz
1 Lorbeerblatt
100 ml Weisswein
400 ml Gemüsefond
50 ml Randensaft
40 g Butter
Salz, Pfeffer

Zubereitung Marinade

Für die Marinade alle Zutaten gut verrühren. Die Reste der Marinade können für das nächste Mal im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Zubereitung Randenrisotto

Für das Risotto die Rande in etwa reiskorngrosse Stifte schneiden. Schalotten im Öl glasig dünsten, Reis und Gewürze zugeben und mitdünsten. Mit Wein ablöschen und einköcheln lassen. Die Rande zugeben. Knapp mit Fond bedecken und unter Rühren köcheln lassen. Immer wieder etwas Fond und Randensaft nachgiessen, bis das Risotto bissfest ist. Mit Butter binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren Wacholder und Lorbeerblatt entfernen.

Zubereitung Himbeerhumus

Alle Zutaten fein mixen und abschmecken. Humus in einen Spritzsack füllen.

Zubereitung Randen-Pickles

Für die Randen-Pickles alle Zutaten ausser der Rande mischen und aufkochen. 10 Minuten ziehen lassen. Nun die geschälte Rande mithilfe einer Mandoline in sehr feine Scheiben schneiden. Den Sud passieren und auf die Randenscheiben geben.

Anrichten

Anrichten

Zum Servieren etwas Randenrisotto auf den Teller geben. 2 bis 3 Tupfer Himbeerhumus aufspritzen. Ente tranchieren und je 2 Tranchen daraufgeben. Mit Randen-Pickels garnieren.

Garstufe Entenbrust

Mit Vorheizen

22 Minuten | Dämpfen 64 °C

Zutaten Himbeerhumus

1 EL Randensaft
2 EL Sesam, gemörsert
100 g Kichererbsen,
gekocht
30 g Himbeeren
6 EL Zitronensaft
5 EL Olivenöl
1 Prise Zucker
1 Prise Chilipulver
1 Prise Wacholder,
gemahlen

Zutaten Randen-Pickles

100 ml Apfelessig
70 ml Wasser
40 g Zucker
5 g Salz
1 EL Wacholder
2 EL Hibiskusblüten
1 TL Ingwer, geschält und
gehackt
1 Streifen Zitronenschale
1 TL Pfefferkörner, weiss
1 Rande, geschält