

Entenbrust in Orangenöl

Rezept-Info:

Personenzahl:	4 Stück
Menü:	Hauptgericht
Zubereitungszeit:	50 Minuten
Schwierigkeitsgrad:	leicht

Zutaten:

4 Entenbrüste, weiblich à 160-180g	50 ml Orangenöl
6 Topinambur, mittelgroß	Salz, Pfeffer
2 Äpfel	1 Bd. Blatt Petersilie
1 TL Dukka	2 Lorbeerblätter
1 Orange (für Saft und Zesten)	2 Vakuumbbeutel für Sous Vide

Zubereitung:

Die Entenbrüste auf der Hautseite rautenförmig einschneiden. Die Topinambur schälen und mit dem Küchenhobel in ca. 1mm dicke Scheiben schneiden. Die Äpfel schälen und in ca. 1cm dicke Würfel schneiden. Die Orangenschale ohne das Weiße abschneiden, die Schalenstücke in feine Streifen schneiden. Den Saft auspressen. Den Orangensaft mit dem Dukka-Gewürz einmal aufkochen und zur Seite stellen. Orangenöl und die Orangenschale zugeben und den Fond kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Topinamburscheiben, die Apfelwürfel, Petersilien- und Lorbeerblätter in einen Vakuumbbeutel geben und die Entenbrüste darauf legen. Die Orangen-Dukka-Marinade einfüllen und flach, leicht vakuumieren. Anschließend bei 100°C und 50% Luftfeuchtigkeit im Combigarer garen. Kleine Brüste benötigen 20 Minuten, größere 30 Minuten Garzeit.

Die Beutel vorsichtig aufschneiden und die Entenbrüste mit Küchentrepp abtupfen. In einer trockenen Pfanne die Entenbrüste auf der Hautseite bräunen, dann umdrehen und die Fleischseite anbraten. Entenbrüste herausnehmen und die Topinamburäpfel kurz im entstandenen Bratfond schwenken. Das Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die Entenbrüste in schräge Scheiben tranchieren und anrichten, mit Orangenöl beträufeln.