

Entenbrust mit Melonensalat



Zutaten für 3-4 Personen:

1 Entenbrust, ca. 300-350 g

1/2 Honigmelone

120 g Feldsalat

1 unbehandelte Orange

Salatsauce:

Salz

eine kleine Prise Zucker

4 EL Apfelessig

1 TL Dijon-Senf

2 EL Orangensaft

6 EL neutrales Öl

1. Ofen auf 130° vorheizen.

2. Haut der Entenbrust in Rautenform einschneiden. Entenbrust in einer beschichteten Pfanne auf der Hautseite bei milder Hitze 8-10 Minuten braten. Salzen und pfeffern. Umdrehen und auf der anderen Seite 1-2 Minuten braten.

3. Dann Entenbrust im Backofen ca. 30 Minuten bei 130° auf einem Rost mit untergeschobenem Backblech als Fettpfanne nachgaren. Anschließend 5 Minuten in Alufolie ruhen lassen.

4. Die gut gekühlte Melone in kleine Würfel schneiden, den Feldsalat sauber waschen und verlesen.

5. Aus den angegebenen Zutaten die Salatsauce rühren.

6. Melonenwürfel und Feldsalat mit einer Orangenscheibe anrichten und mit Salatsauce beträufeln.

7. Die Entenbrust quer zur Faser in dünne Scheiben schneiden und auf dem Feldsalat anrichten.

Hinweise:

Die rote Dekoration auf der Orangenscheibe ist ein Stück rosa Grapefruit.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 25 min, Gesamtzeit ca. 60 min, Vorspeisen, Fleisch, Geflügel, Ente, französisch

Rezeptanregung: Sabine Sälzer, Die echte Jeden-Tag-Küche, Gräfe und Unzer, 1996, S. 20

Anpassung und Foto: Walter Stand 12.01.2023