

Entenbruststreifen auf Chicorée

Aiguillettes de canard aux endives



Zutaten für zwei Personen:

1 kleinere Entenbrust, ca. 250-300 g

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Mehl zum Bestäuben

Kräuter der Provence

1/2 EL Olivenöl

1 Chicorée

1 Ecke Butter

etwas Puderzucker

1 Tomate

1. Chicorée längs halbieren, Strunk herauschneiden. Blätter trennen, waschen und abtropfen lassen.

2. Tomate achteln, entkernen und bei den Tomatenfilets die Haut abziehen.

3. Butter in einer beschichteten Pfanne schmelzen lassen, die Chicoréeblätter bei milder Hitze braten, zwischendurch mit Puderzucker bestäuben und wenden. Leicht salzen und pfeffern.

4. Die Haut von der Entenbrust vollständig entfernen. Quer halbieren, so dass zwei dünnere Scheiben entstehen. Die Scheiben längs zur Faser in schmale Streifen schneiden.

5. Entenbruststreifen salzen, pfeffern, mit Kräutern der Provence würzen und mit Mehl bestäuben.

6. Entenbruststreifen in einer beschichteten Pfanne in wenig Olivenöl auf allen Seiten kurz braten, dann in Alufolie zwei Minuten ruhen lassen.

7. Entenbruststreifen auf den geschmorten Chicoréeblättern anrichten. Mit den Tomatenfilets dekorieren.

Hinweise:

Aiguillettes sind die Filetstreifen unter der Entenbrust. In Frankreich kann man diese Filets separat kaufen. Man kann

dieses Rezept aber auch mit richtig geschnittener Entenbrust zubereiten.

Die Entenbruststreifen sollten beim Servieren noch mindestens lauwarm sein.

Wer will, kann den Bratensatz noch mit wenig Weißwein oder Noilly Prat ablöschen, um etwas Sauce zu gewinnen.

Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 25 min, Vorspeisen, Fleisch, Geflügel, Ente, französisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 19.01.2023