

# Entenbruststreifen auf Salat

## Aiguillettes de canard en salade mixte



### 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

80 g gemischte Blattsalate

1 Tomate

### Vinaigrette:

Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 Prise Zucker

2 EL Aceto Balsamico bianco

2 EL neutrales Öl

2 EL Olivenöl

1/2 TL süßer Senf (optional)

1. Blattsalate verlesen, waschen und trocknen.
2. Tomate achteln, entkernen und bei den Tomatenfilets die Haut abziehen. Vinaigrette rühren und etwas ziehen lassen.
3. Die Haut von der Entenbrust vollständig entfernen. Quer halbieren, so dass zwei dünnere Scheiben entstehen. Die Scheiben längs zur Faser in schmale Streifen schneiden.
4. Entenbruststreifen salzen, pfeffern, mit Kräutern der Provence würzen und mit Mehl bestäuben.
5. Entenbruststreifen in einer beschichteten Pfanne in wenig Olivenöl auf allen Seiten kurz braten, dann in

Alufolie zwei Minuten ruhen lassen.

6. Blattsalate durch die Vinaigrette ziehen, auf Portionsteller verteilen und die Entenbruststreifen darauf 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.

Bei dieser Zubereitungsart schmeckt Entenbrust etwas weniger intensiv, als wenn man sie im Ganzen brät und dann aufschneidet. Außerdem spart man etwas Zeit.

Die Entenbruststreifen sollten beim Servieren noch mindestens lauwarm sein.

### Schlagworte:

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

Rezeptanregung: ehemaliges Restaurant de la Citadelle, Saint-Tropez, 2003  
Rezept und Foto: Walter Stand 19.01.2023