

Entenbrüstchen mit Orangen und Sesam (6 PERSONEN)

Mise en Place

6 Orangen

Von den Orangen mit einem Kartoffelschäler die Schale ablösen, diese in feinste Streifen (Julienne) schneiden und kurz in kochendem Wasser blanchieren. Aus den Orangen die Filets auslösen, dabei den Saft auffangen, weil er später für die Sauce verwendet wird.

6 Entenbrüstchen
Gewürzmischung
3 EL Traubenkernöl

Die Entenbrüstchen auf der Hautseite mit der Gewürzmischung würzen und in einer Bratpfanne bei „*mittlerer Hitze im massig heissen Öl zugedeckt auf der Hautseite*“, während ungefähr 6 Minuten braten. Dann die Brüstchen wenden und immer noch „*zugedeckt*“, während weiteren 2 Minuten fertigbraten. Die Brüstchen anschliessend auf einem Teller am Herdrand „*zugedeckt*“, warmstellen. Überschüssiges Bratöl abgiessen und darauf achten, dass nicht zu viel von der Gewürzmischung am Pfannenboden haften bleibt, was die Sauce zu salzig machen würde.

Butter
Zucker
Orangensaft
Bouillon
kalte Butter
Cayenne
Ingwer

Butter und eine Prise Zucker in der Bratpfanne goldgelb karamellisieren, mit Orangensaft ablöschen, reduzieren, mit aufgelöstem Fleischextrakt (oder Geflügeljus) auffüllen und auf „*grossem Feuer*“, ein paar kalte Butterflocken in die Sauce schwingen, damit eine schöne Bindung entsteht. Die Sauce abschliessend mit einem Hauch Cayenne und einer Spur Ingwer würzen. Die Orangenfilets und Orangen Julienne in der Sauce warm durchziehen lassen.

6 EL Sesamkörner

Die Sesamkörner in einer trockenen beschichteten Pfanne goldgelb rösten. Die Entenbrüstchen dünn aufschneiden, schuppenartig auf grosse heisse Teller legen, die Orangenfilets dekorativ dazulegen, mit der heissen Sauce umgiessen und alles mit den Sesamkörnern bestreuen.