

Entenbrust Braten

Zutaten für 4 Personen:

- 2 Entenbrüste
- 2 Esslöffel Honig flüssig
- 1 Teelöffel Senf
- 2 Rosmarinzweige
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Esslöffel Olivenöl
- ½ Teelöffel Gorria-Schotten
- 1 Prise Pfeffer gebrochen
- 1 Prise Fleur de sel

Zubereitung

1. Marinade durch Mischen von Honig, Senf, Olivenöl, 1 Knoblauchzehe gepresst, Rosmarin, Gorria-Schotten, Pfeffer und Salz zubereiten.

2. Entenbrüste mit der Marinade gut einstreichen und danach mindestens eine halbe Stunde darin ziehen lassen.

3. Den Ofen auf 200°C vorheizen. Die Entenbrüste mit der Fleischseite zusammenführen und die bleibende Knoblauchzehe halbiert dazwischen legen. Das Ganze mit Bindfaden zu einem Braten binden.

4. Den Braten in einer Ofenfesten Pfanne rundum während 5 Minuten anbraten. Pfanne zudecken und im Ofen während 15 bis 20 Minuten braten.

Je nach Grösse der Brüste entsprechen 15 Minuten der Garstufe « blutig » und 20 Minuten der Stufe « rosa bis durch ».