

Rosa gebratene Entenbrust

Knusprige Haut. Zartes Fleisch. Intensives Aroma. Gebratenes Entenbrustfilet ist ein klassisches, besonders edles Gericht, das vor allem im Herbst und Winter serviert wird. Wichtig ist es, die Haut einzuritzen, damit das Fett besser austreten und die Haut so besonders kross werden kann. Für den richtigen Garpunkt und perfekt rosa gebratene Ente, sollte ein Fleischthermometer verwendet werden.



Rosa gebratene Entenbrust | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (2 Portionen): 2 Entenbrüste | Grobes Salz



Rosa gebratene Entenbrust | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (20 Minuten): 1. Ofen auf 100° Grad vorheizen. 2. Entenbrust waschen und sehr gut trocken tupfen. 3. Die Haut mit einem sehr scharfen Messer rautenförmig einschneiden ohne dabei ins Fleisch zu schneiden. 4. Pfanne erhitzen und Ente auf der Hautseite braten, bis diese knusprig ist. 5. Ente von der anderen Seite braten, bis das Fleisch gut Farbe genommen hat. 6. Fleischthermometer an das dickste Stück der Entenbrust stecken und die Ente auf ein Rost in den Backofen geben (am besten ein Blech darunter schieben, um die Fleischsäfte aufzufangen). 7. Sobald die Kerntemperatur der Ente 62° Grad anzeigt, die Ente aus dem Ofen nehmen und fünf Minuten auf einem Holzbrett ruhen lassen. 8. Entenbrustfilet in feine Scheiben schneiden, mit groben Salz bestreuen und servieren.

Dazu passt hervorragend: [Herzogin-Kartoffeln](#), [Kartoffelgratin](#), [Orangengelee](#) und [Cranberrysauce](#)! Jetzt noch mehr [Fleischrezepte](#) und weitere [Gourmet-Rezepte](#) entdecken! Besonders gefallen könnten dir auch meine Rezepte für [Schweinefilet](#), [Gefülltes Schweinefilet](#) und [Putenröllchen im Speckmantel](#).

Nährwerte/Portion: 493 Kalorien | 38 Gramm Fett | 1 Gramm Kohlenhydrate | 36,7 Gramm Eiweiß