

Gefüllte Ente mit Champignon-Sauce auf Kräuter-Semmelknödeln



Gebratene Ente mit Farcefüllung und Kräuter-Semmelknödeln, mit Schnittlauch garniert

Diese Zubereitung ist mit einer Farce aus Kalbsniere, Schweinefleisch und fettem Speck, die köstlich schmeckt. Demächst probiere ich noch eine klassische Füllung mit Äpfeln und Birnen aus wie zu Weihnachten. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 1 Ente

Für die Farce:

- $\frac{1}{2}$ Kalbsniere
- 125 g Schweinegulasch

- 100 g fetter Schweinespeck
- 1 vertrocknete Schrippe
- Milch
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 4–5 Zweige frischer Oregano
- 4–5 Zweige frischer Thymian
- 1 großer Zweig frischer Rosmarin
- 1 EL Senf
- Salz
- Pfeffer

Für die Sauce:

- 100 g frische Champignons
- 1 l Enten- oder Gemüsefond

Für die Kräuter-Semmelknödel:

- 6 getrocknete Schrippen
- 500 ml Milch
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 3–4 Eier
- evtl. Paniermehl
- 5–6 Zweige frischer Thymian
- 3–4 Zweige frische Petersilie
- 3–4 Zweige frischer Oregano
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- Salz
- Pfeffer
- Muskatnuss
- Butter

Für die Glasur:

- 1 EL dunkle Sojasauce
- 1 EL Honig
- 1–2 TL Pul biber

- frischer Schnittlauch
- Olivenöl

Zubereitungszeit: ca. 2 Stdn.



Frische Semmelknödel

Semmelknödel: Bei der Zubereitung der Semmelknödel habe ich mir Unterstützung von [Löffelchen](#) geholt, deren Rezept zur Zubereitung von Semmelknödeln ich noch ein wenig abgeändert habe. Denn bei mir kommt eigentlich kein Gericht ohne mindestens 3 Knoblauchzehen auf den Tisch. Außerdem hatte ich mehrere unterschiedliche frische Kräuter zur Verfügung.

Aber aufgepasst bei den folgenden Punkten: Nicht zuviel Milch zum Einweichen der Semmelbröselstücke verwenden, wenn der Semmelbröselteig nicht gut bindet, mit zusätzlich 1–2 Eiern den Teig binden. Und wenn der Teig dennoch zu flüssig ist, um kräftige Knödel zu formen, geben Sie mehrere Esslöffel Paniermehl hinzu, das bindet den Teig. Und das Wichtigste ist: Erhitzen Sie das Kochwasser im Topf, bis es kocht. Dann aber schalteten Sie die Temperatur ab, damit sie unter den Siedepunkt kommt und nur (!) noch siedet. Dann legen Sie die

rundgeformten Knödel einzeln mit einem Esslöffel in das siedende Wasser ein und lassen sie 20 Minuten sieden. Mehr nicht.



Einige Zutaten für die Farce: Kalbsniere, Schweinegulasch, fetter Speck, Schalotten, Knoblauch, eingeweichte Schrippe, Senf ...

Farce: Für die Farce schneiden Sie zuerst eine vertrocknete Schrippe in kleine Stücke und weichen diese in einer kleinen Schüssel mit etwas Milch ein. Die Schrippenstücke kräftig in die Milch drücken. Währenddessen schälen Sie Schalotten und Knoblauchzehen und schneiden sie ebenso wie die halbe Kalbsniere, das Schweinegulasch und den fetten Speck in ganz kleine Stücke und geben alles in ein hohes Rührgefäß. Das Fett, das an der Kalbsniere haftet können Sie für die Farce ruhig mitverwenden und kleinschneiden. Der fette Schweinespeck ist notwendig, da die Kalbsniere in der Farce sonst während des Garens im Backofen austrocknen würde, er macht die Farce etwas flüssiger und geschmeidiger. Geben Sie dann den Senf hinzu und würzen alles kräftig mit Meersalz und Pfeffer. Bei den frischen Kräutern zupfen sie die Blätter von den Stängeln und nehmen eventuell vertrocknete Stiele heraus. Mit einem

Wiegemesser sehr fein zerkleinern und zur Farce hinzugeben. dann die eingeweichten Schrippenstücke mit der Milch in das Rührgefäß geben. Die Zutaten im Rührgefäß mit einem Pürierstab ganz fein pürieren, damit eine sämige Masse entsteht. Das Ganze ergibt püriert eine grandiose Farce, die schon rein optisch überzeugt und auch beim Probieren im rohen Zustand hervorragend schmeckt. Dann die Farce eine Stunde in den Kühlschrank stellen, damit sich die Aromen verbinden.



Die Fleischmasse für die Farce

Sauce: Die Champignons in dünne Scheiben schneiden.



Mit der Farce gefüllte und bridierte Ente

Ente: Die Ente innen und außen unter fließendem Wasser abwaschen. Innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen. Mit der Farce füllen und eventuell bridieren. Den Backofen auf 180 Grad Celsius vorheizen. Olivenöl in einem Bräter erhitzen und die Ente von allen Seiten kräftig anbraten. Herausnehmen und warmstellen. De Champignons in den Bräter geben und garen. Dann den Enten- oder Gemüsefond hinzugeben, die Ente hineinlegen und in den Backofen schieben. Wenn der Bräter die Temperatur des Backofens erreicht hat und der Fond leicht köchelt, auf 160 Grad Celsius herschalten und 1 Stunde lang garen lassen.



Gefüllte Ente mit Glasur aus dem Backofen

Glasur: Verrühren Sie die Zutaten in einer kleinen Schüssel. Schalten Sie den Backofen auf Grill, bepinseln die Ente von allen Seiten mit der Glasur und grillen sie von beiden Seiten jeweils ca. 10 Minuten schön kross, damit die Haut schön kräftig gebräunt ist.

Währenddessen erhitzen Sie die zuvor schon zubereiteten Kräuter-Semmelknödel in heißem Wasser. Nehmen Sie die Ente aus dem Bräter und schmecken die Sauce ab. Zerteilen Sie die Ente in zwei Teile, richten sie mit der Farce auf zwei Tellern an, geben 3–4 Kräuter-Semmelknödel hinzu, darüber von der Champignos-Sauce und garnieren alles mit etwas kleingeschnittenem Schnittlauch.

Perlhuhn mit Weißkohl



Optisch nicht sehr ansprechend, aber sehr lecker:
Perlhuhn mit Weißkohl, Würsten, Speck, Wurzel und
Gemüsefond

Perlhühner sind von der Gattung her Hühner und somit so ähnlich aufgebaut. Allerdings zeigt das Fleisch eines frischen Perlhuhns schon von außen einen deutlichen Unterschied zu einem handelsüblichen Brathähnchen, da das Fleisch braun bis gräulich-schwarz erscheint. Zerteilt man ein frisches Perlhuhn, sieht das Fleisch rot bis braun aus. Perlhühner sollten geschmort und nicht gebraten werden, weil sie sonst ein trockenes, zähes Fleisch bekommen. Außerdem sollten sie immer in letzter Minute zubereitet werden, denn lässt man sie stehen oder wärmt sie auf, wird ihr Fleisch hart.



Ein heimiges Perlhuhn, © [Wikimedia](#)

Ich hatte ein Bio-Perlhuhn geliefert bekommen, das ca. 1,3–1,4 k wog. Preislich kostet so ein Perlhuhn auch schluppe € 20,-. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 1 Perlhuhn
- 7–8 Weißkohlblätter
- 200 g durchwachsener Speck mit Schwarte
- 1 Wurzel
- 1 Zwiebel
- 1 Gewürznelke
- 3–4 Zweige frische Petersilie
- 4–5 Zweige frischer Thymian
- 2 frische Lorbeerblätter
- 2 Knoblauchzehen

- 1 Kohlwurst
- 1 Schweinsbratwurst
- ca. 1–2 l Gemüsefond
- Meersalz
- Pfeffer
- 1–2 EL Schweineschmalz
- 1–2 Stengel frische Petersilie

Zubereitungszeit: ca. 2 $\frac{1}{2}$ Stdn.

Nehmen Sie von dem Weißkohl 7–8 ganze Blätter. Erhitzen Sie genügend Wasser in einem Topf, geben die Weißkohlblätter hinein, so dass sie bedeckt sind und geben das Speckstück mit Schwarte hinzu. Etwa 15 Minuten köcheln lassen.



Ein frisches Perlhuhn mit äußerlich grau-schwärzlichem Fleisch

Zerteilen Sie das Perlhuhn der Länge nach in zwei Teile und würzen sie von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer. Erhitzen Sie 2 EL Schweineschmalz in einem Bräter und braten die beiden Perlhuhnhälften jeweils auf beiden Seiten ca. 4–5 Minuten kräftig an. Dann nehmen Sie sie heraus.



Ein zerteiltes, im Bräter angebratenes Perlhuhn

Legen Sie die abgetrennte Speckschwarte in den Bräter. Darauf verteilen Sie $\frac{1}{3}$ der Weißkohlblätter, geben die beiden Perlhuhnhälften und noch die ganze Wurzel, die geschälte Zwiebel, die Sie mit der Gewürznelke spicken, die frischen Kräuter im Ganzen und die zwei Knoblauchzehen hinzu. Legen Sie die Kohlwurst und die Schweinsbratwurst dazu, die restlichen $\frac{2}{3}$ der Kohlblätter darüber und füllen alles mit genügend Gemüsefond auf, damit alles gut bedeckt ist. Erhitzen Sie den Backofen auf 180 °C Umluft und schieben Sie den zugedeckten Bräter auf mittlerer Stufe hinein. Wenn der Gemüsefond anfängt zu köcheln, reduzieren Sie die Hitze auf 160 °C und lassen alles ca. 1 $\frac{1}{2}$ Stunden garen.

Danach nehmen Sie die Weißkohlblätter heraus, richten sie auf großen Tellern an und legen jeweils eine Perlhuhnälfte darauf. Dazu legen Sie je eine Hälfte der Kohl- und Schweinsbratwurst – kleingeschnitten oder im Stück –, des kleingeschnittenen Specks und einer in Scheiben geschnittenen halben Wurzel dazu. Eventuell geben Sie noch etwas von dem Fond dazu. Mit frischer, kleingeschnittener Petersilie garnieren.

Gebratene Wachteln im Speckmantel auf Croûtons



Gegarte Wachteln mit Bratenfond, Croûtons und Speckscheiben

Wachteln aus freier Wildbahn sind heutzutage nur noch sehr schwer zu bekommen. Die meisten Wachteln, die man hierzulande

kaufen kann, sind aus Zuchtbetrieben und vorwiegend aus Frankreich. Vermutlich müssen Sie sie bei Ihrem Schlachter auch vorbestellen, weil nicht jedes Geschäft Wachteln in ihrem Sortiment führt. Wachteln haben im Vergleich zu einem Brathähnchen eine Masse von etwa 1:3. Somit können Sie bei den Wachteln nicht mit sehr viel Fleisch rechnen, 2 Wachteln für eine Person haben gerade mal ein Gewicht von ca. 350 g. Wachteln schmecken ein wenig wie normales Hühnchenfleisch, haben aber einen eigenen, kräftigen Geschmack, der in Richtung Wild geht. Das Rezept ist für eine Person.



Die Hauptdarsteller des Schauspielstücks ...

Zutaten:

- 2 Wachteln
- 4 Scheiben durchwachsener Speck
- 1 Schrippe (oder auch Weißbrot)
- 2 EL Geflügel-, Gemüsefond oder trockener Weißwein
- 2 cl Weinbrand
- Salz
- Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: 30 Min.



... und bridiert mit Holzzahnstochern.

Würzen Sie die beiden Wachteln von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer. Dann umwickeln Sie jede Wachtel mit zwei Speckscheiben an der Brust und den Beinen und bridieren sie mit zwei Holzzahnstochern. Erhitzen Sie den Backofen auf 180 °C Umluft. Zerlassen Sie Butter in einer kleinen Pfanne. Geben Sie die beiden Wachteln in einen kleinen Bratopf oder eventuell auch einen Bräter und übergießen sie mit der zerlassenen Butter. Dann zugedeckt in den Backofen geben und 30 Minuten garen lassen.

Währenddessen schneiden Sie die Schrippe in kleine Stücke. In einer kleinen Pfanne Butter erhitzen und die Schrippenstücke in der Butter zu Croûtons anbraten. Am besten ist es, wenn Sie vorsorglich 2 Schrippen kaufen, denn die Schrippenstücke nehmen schnell Farbe an, braten kross an und bevor man es sich versieht, hat man plötzlich verbrannte, schwarze Croûtons. Da ist es gut, wenn man noch eine Schrippe in Vorrat hat, um genügend Croûtons zu braten.

Nehmen Sie die beiden Wachteln aus dem Brattopf und wickeln die Speckscheiben ab. Richten Sie die Wachteln auf einem großen Teller an, daneben die Croûtons, auf die Sie die Speckscheiben legen. Löschen Sie mit etwas Fond oder auch Weißwein die Bratreste im Brattopf ab, geben den Weinbrand hinzu, lassen alles ein wenig köcheln, damit sie etwas abbinden und schmecken mit Salz und Pfeffer ab. Ist der Geschmack zu konzentriert, verlängern Sie die Sauce mit etwas Wasser. Geben Sie die Sauce über die beiden Wachteln, nicht jedoch über die Croûtons, diese würden dadurch nur aufweichen und ihre Knusprigkeit verlieren.

Entenschenkel in scharfer Orangensauce auf Basmatireis



Entenschenkel mit Orangenscheiben in scharfer Orangensenfsauce, garniert mit Basilikum und Kräuterbutter

Ein außergewöhnliches Gericht, weil es so unterschiedliche Geschmacksrichtungen wie scharf, süß, sauer, würzig und pikant zusammenführt und dazu auch noch gut schmeckt. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 2 Entenschenkel mit Rückenstück, ca. 800 g
- 1 große rote Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- 3 frische rote Chilischoten
- 1 Stück Ingerwurzel
- 1 Tomate

- 100 ml trockener Sherry
- 200 ml Geflügelfond
- Saft einer Orange
- Saft einer halben Zitrone

- 100 ml Sahne
- 1 TL Hoisinsauce
- 3–4 EL scharfer Senf

- 2 mittelgroße Orangen
- frisch gemahlenes Meersalz
- frisch gemahlener Pfeffer
- Butter
- Kräuterbutter
- 4–5 Zweige frisches Basilikum

- 1 Tasse Basmatireis

Zubereitungszeit: 1 $\frac{1}{2}$ Stdn.

Als erstes setzen Sie einen Topf mit Wasser auf, das Sie erhitzen. Ritzen Sie die Tomate an mehreren Stellen ein und

geben sie einige Minuten in das kochende Wasser, um sie zu blanchieren. Dann nehmen Sie sie heraus, ziehen die Haut ab, schneiden den Strunk heraus und zerschneiden sie in ganz kleine Würfel. Das erhitzte Wasser können Sie noch zur Zubereitung des Basmatireis verwenden.

Schälen Sie die Zwiebel und die Knoblauchzehen und schneiden Sie in dünne Streifen. Schälen Sie die Ingwerwurzel und schneiden sie ebenfalls wie die Chilischoten in kleine Stücke. Pressen Sie eine Orange und eine halbe Zitrone aus und geben den Saft in eine kleine Schüssel.



Die schönen Entenschenkel mit Rückenteil vor ...

Die Entenschenkel mit dem Rückenteil teilen Sie mit einem kräftigen Hackmesser am Gelenk in jeweils zwei Teile, so dass Sie vier Fleischstücke vorliegen haben. Würzen Sie sie mit frisch gemahlenem Salz und Pfeffer und massieren die Gewürze in das Fleisch ein. Erhitzen Sie eine große Portion Butter in einer großen Pfanne und braten die Entenstücke auf beiden Seiten für jeweils 3–4 Minuten an. Dann die Ententeile herausnehmen und warm stellen.



... und nach Einsatz des Hackmessers

In der in der Pfanne verbliebenen Butter braten Sie Zwiebel, Knoblauchzehen, Ingwer und Chilischoten an. Dabei kräftig die Röststoffe, die vom Anbraten der Ententeile verblieben sind, vom Boden der Pfanne lösen. Das Gemüse ein wenig braun werden lassen. Mit dem Sherry ablöschen, dann den Gemüsefond hinzugeben und den Saft von Orange und Zitrone. Ein wenig köcheln lassen.

Schließlich geben Sie die Sahne, die Hoisinsauce und den scharfen Senf hinzu. Hoisinsauce bekommen Sie in jedem Asiashop, es ist eine traditionelle asiatische Sauce, die zur Zubereitung von Ente verwendet wird. Sie ist sehr sämig, also gebunden, hat würzige und scharfe Bestandteile wie Sojasauce und Chilischoten, aber auch viele süße Inhaltsstoffe, so dass sie sehr ausgeglichen und harmonisierend wirkt. Verrühren Sie alle Saucenbestandteile in der Pfanne. Eventuell geben Sie noch 100 ml Wasser hinzu, wenn die Sauce jetzt schon zu kräftig schmeckt.

Legen die Ententeile wieder in die Sauce. Dann lassen Sie alles bei geringer Hitze ohne Deckel auf der Pfanne etwa 45

Minuten köcheln und reduzieren.

15 Minuten vor Ende der Garzeit schälen Sie zwei Orangen großzügig, so dass auch das Weiße der Schale entfernt wird und Sie nur noch Fruchtfleisch vorliegen haben. Schneiden Sie die beiden Orangen dann in dünne Scheiben und geben sie in die köchelnde Sauce hinzu.

Dann bereiten Sie noch den Basmatireis zu.

Richten Sie den Basmatireis auf großen Tellern an, geben Sie für jede Person einen Entenschenkel und ein -rückenteil dazu. Dann verteilen Sie noch die mitgegarten Orangenscheiben auf dem Gericht, übergießen alles großzügig mit der Orangensenfsauce und garnieren das Gericht noch mit einigen frischen Basilikumblättern. Und dann geben Sie noch einige dünne Scheiben Kräuterbutter auf de Ententeile.

Abwandlungen des Gerichts, die mir beim Kochen einfielen, die ich aber nicht umgesetzt habe, möchte ich Ihnen nicht vorenthalten:

- Für noch stärkeren Senfgeschmack geben Sie noch zwei Esslöffel Senf hinzu.
 - Verfeinern können Sie das Gericht auch noch mit Mandelstiften, Pinienkernen oder ähnlichen Nüssen, die sich dafür eignen. Zum Gericht passen Nüsse sehr gut. Sie können sie in Butter bräunen und dann in der Sauce mitköcheln oder aber erst später beim Anrichten auf das Gericht geben.
 - Und wenn Sie es wirklich (!) scharf haben wollen und Ihnen drei Chilischoten nicht ausreichen, dann nehmen Sie statt dessen eine halbe, getrocknete Schote Bih Jolokia. Aber aufgepasst, das ist dann richtig scharf!
-

Marinierte Putenoberkeule mit Pfifferlingen und Gemüse



Putenoberkeule mit Gemüse in Sauce

Bei dieser frischen, großen Putenoberkeule entschied ich mich zum einen für eine asiatisch orientierte Marinade, zum anderen zum Ausbeinen der Keule, so dass dann ein Braten vorliegt, der nach dem Garen in zwei gleichgroße Teile zertrennt werden kann. Zubereitet habe ich die Keule dann klassisch mit Pfifferlingen und viel Gemüse in einer Bratensauce. Die Pfifferlinge und das Gemüse können dann als Beilage serviert werden. Das Rezept ist für 2 Personen.

Zutaten:

- 1 frische Putenoberkeule, ca. 1,3 kg

Marinade:

Die verwendeten Saucen bekommen Sie im Asia-Shop oder in der Feinkost-Abteilung Ihres Discounters.

- 3 Knoblauchzehen
- 1 Stück frischer Ingwer (Walnussgröße)
- 1 rote, thailändische Chilischote
- 2 EL Olivenöl
- Salz

- Pfeffer
- Koriander
- Kreuzkümmel
- türkischer Pul biber
- Bratenwürze (oder selbst zusammengestellt: Paprika, Piment, Pfeffer, Curcuma, Knoblauch, Lorbeerblätter, Nelken, Salbei, Sellerie, Senf, Sesam)

- 2 TL Sambal brandal
- 2 EL Chicken Marinade Teriyaki
- $\frac{1}{2}$ TL Black Bean Garlic Sauce
- 1 TL Austern-Sauce
- 1 TL Worcestershire-Sauce
- 2 TL Honig

Gemüse:

- 100 g frische Pfifferlinge
- 2 große Kartoffeln
- 2 große Karotten
- 1 Stange Lauch
- 2 grüne Pepperoni
- 1 rote Zwiebel
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 kleines Stück Meerrettich
- 1 kleines Stück Knollensellerie
- 3 Zweige frisches Kraut vom Knollensellerie

- 1 l Hühnerfond

- Olivenöl

Vorbereitungszeit: $\frac{1}{2}$ Std. | **Marinierzeit:** 24 Stdn. |
Zubereitungszeit: 1 $\frac{1}{2}$ Stnd.



Putenoberkeule ...

Für das Entbeinen der Putenoberkeule habe ich zwar ein Ausbeinmesser, aber ich habe mein neues Hackmesser von butch.de verwendet, das extrem scharf ist und das Ausbeinmesser bei der Schärfe in Längen schlägt. Das Hackmesser ist ca. 15 cm lang, sehr schwer und liegt sehr gut in der Hand. Also sollte man auch auf die eigenen Finger achten. Man kann mit dem Hackmesser aufgrund seiner Schwere auch problemlos Knochen oder Gelenke spalten, dies war hier aber nicht notwendig. Mit dem Hackmesser schneidet man den großen Knochen der Putenoberkeule extrem einfach und sauber aus dem Bratenfleisch heraus. Es ist beeindruckend, wie einfach das geht.



... entbeint ...

Das Hackmesser ist aber nicht nur zum Ausbeinen, Zerteilen von Knochen oder später auch zum Zerschneiden und Portionieren der großen Bratenfleischstücke geeignet. Ich habe das Hackmesser auch aufgrund seiner sehr breiten Klinge zum Zerdrücken der Knoblauchzehen und, nach vorherigem Zerkleinern, ebenfalls Zerdrücken des Ingwers verwendet. Das klappt problemlos.

Entbeinen Sie die Putenoberkeule.

Zerdrücken Sie die geschälten Knoblauchzehen mit dem Hackmesser. Geben Sie grobes Meersalz darauf und zerdrücken und vermischen beides mit einer Gabel, bis von den Knoblauchzehen nur noch kleine Stückchen vorhanden sind. Da der frische Ingwer sehr faserig ist, schneiden Sie ihn zuerst in kleine Stücke. Diese zerdrücken Sie ebenfalls mit dem Hackmesser. Schneiden Sie die Chilischote in kleine Stücke.



... und Marinade ...

Geben Sie für die Marinade zuerst das Olivenöl in eine kleine Schüssel, dann die kleingedrückten bzw. -geschnittenen Gemüsestücke. Dann noch die Gewürze. Und schließlich noch die Saucen und den Honig. Verrühren Sie alles kräftig.



... und fertig mariniert für 24 Stunden im Plastikbeutel

im Kühlschrank

Geben Sie die entbeinte Putenoberkeule in einen großen Gefrierbeutel und füllen Sie die Marinade darauf. Den Gefrierbeutel gut verschließen und dann die Marinade im Beutel kräftig für 5 Minuten in das Bratenfleisch einkneten. Lassen Sie das Fleisch über Nacht in der Marinade im Kühlschrank marinieren.



Das Gemüse für den Braten und die Sauce

Schälen Sie Kartoffeln, Karotten, Zwiebel und Knollensellerie. Die Kartoffeln verwenden Sie im Ganzen, alles andere schneiden Sie in grobe, mundgerechte Stücke. Erhitzen Sie Olivenöl in einem Bräter. Nehmen Sie das Bratenfleisch aus der Marinade und braten Sie es in dem heißen Olivenöl zuerst für ca. 2–3 Minuten auf der Fleischseite an. Dann wenden Sie es auf die Hautseite, geben auch schon die Pfifferlinge hinzu und braten es auf dieser Seite ebenfalls 2–3 Minuten an. Geben Sie schließlich die restlichen Gemüsestücke und auch das Selleriekraut hinzu. Löschen Sie alles mit dem Hühnerfond ab.



Der Putenbraten mit dem Gemüse im Hühnerfond im Bräter

Erhitzen Sie den Backofen auf 180 °C Umluft und schieben Sie den Bräter auf mittlerer Schiene in den Backofen. Der Bräter

bzw. sein Inhalt brauchen etwa 10 Minuten, bis sie die Temperatur des Backofens annehmen. Dann schalten Sie den Backofen auf 160 °C herunter und lassen alles 1 Stunde köcheln.

Nehmen Sie den Bräter aus dem Backofen heraus. Sie werden vermutlich die Sauce gar nicht nachwürzen müssen, weil sie durch den Hühnerfond, den marinierten Braten und das Gemüse genügend Geschmack entwickelt hat. Auch beim Portionieren des Bratens zeigen sich wieder die Vorzüge des Hackmessers von [butch.de](https://www.butch.de), mit dem sich der Braten zuerst in zwei Teile und dann ganz leicht in portionsgerechte Scheiben schneiden lässt. Richten Sie die Bratenscheiben auf einem Teller an, geben Sie verschiedene Gemüsestücke und jeweils eine Kartoffel dazu und übergießen alles mit viel Sauce. Wenn Sie möchten, können Sie noch kleingeschnittenes Selleriekraut darüber verteilen, aber das Gericht ist so schmackhaft, dass ich diesmal darauf verzichtet habe.

Entenschlegel in Tomatensauce mit Basmatireis



Das fertige Gericht

Gebratene Entenschlegel mit Rückenteil in einer leckeren Tomatensauce in Basmatireis. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 2 Entenschlegel mit Rückenteil
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Fleischtomate
- 1 Dose Tomaten, in Würfel kleingeschnitten in Sauce, 400 g
- 1 Karotte

- 5 Zweige frische Petersilie
- 3 Zweige frischer Rosmarin
- 1 Zweig frischer Salbei
- Mehrere Zweige frischer oder 1 TL getrockneter Majoran
- Mehrere Zweige frischer oder 1 TL getrockneter Oregano
- 500 ml Hühnerfond (oder notfalls 500 ml Wasser mit einem Brühwürfel)

- 100 ml Sahne
- 1 TL Pul biber
- 1 TL süßes Paprikapulver
- $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kreuzkümmel
- 2 Lorbeerblätter
- 6 Wacholderbeeren
- Salz
- Pfeffer

- Traubenkernöl

Zubereitungszeit: 2 Stdn.



Mit einem Hackmesser von Butch.de am Gelenk getrennte Ententeile

Die beiden Entenschlegel am Gelenk der Schlegel mit dem Rückenteil mit einem kräftigen Messer durchtrennen. Alle vier Teile mit Salz, Pfeffer und Pul Biber würzen. Die Gewürze mit der Handfläche in das Fleisch einmassieren. Etwa ein halbe Stunde einwirken lassen.



Das kleingeschnittene Gemüse für die Sauce

Schälen Sie die Zwiebel und die Knoblauchzehen und schneiden sie klein, ebenso die Lauchzwiebel. Schneiden Sie die Fleischtomate in kleine Würfel und die Petersilienzweige klein. Schälen Sie die Karotte und reiben sie auf einer groben Küchenreibe in grobe Stücke.



Die kurz angebratenen Ententeile

Erhitzen Sie das Traubenkernöl in einer Pfanne und braten Sie die Ententeile jeweils ca. 2–3 Minuten von allen Seiten scharf an. Nehmen Sie sie heraus und stellen sie warm.



Türkisches Pul biber

Dann geben Sie die Zwiebel-, Knoblauchzehen- und Lauchzwiebelstückchen in das Öl und braten alles gut an. Dann die frische Tomate und die Tomaten aus der Dose hinzugeben. Und die frischen Kräuter. Sollten Sie das eine oder andere Kraut nicht frisch vorliegen haben, verwenden Sie einfach getrocknete, gerebelte Kräuter. Schließlich geben Sie noch die Gewürze hinzu. Löschen Sie alles mit dem Hühnerfond oder dem Wasser mit einem Brühwürfel ab, geben noch die Sahne hinzu und lassen alles etwa 1 Stunde bei geringer Hitze ohne Deckel auf der Pfanne köcheln und reduzieren.



Ententeile in der Tomatensauce

Legen Sie dann die Ententeile in die Sauce und garen sie 30 Minuten mit dem Deckel auf der Pfanne.

Bereiten Sie dann 10 Minuten vor Ende der Garzeit den Basmatireis zu.

Schmecken Sie die Sauce mit Salz und Pfeffer ab. Wenn die Sauce aufgrund des Pul biber zu scharf sein sollte, reduzieren Sie die Schärfe mit weiteren 100 ml Sahne in der Sauce und lassen sie noch einige Minuten köcheln.

Richten Sie die Ententeile auf einem großen Teller an, geben Sie den Basmatireis hinzu und Tomatensauce darüber. Garnieren Sie alles mit kleingeschnittener Petersilie.

Gänsekeulen mit Pilzknödeln



Gegarte Gänsekeulen mit Pilzknödeln und viel Sauce

Zwei gegarte Gänsekeulen mit einer klassischen Sauce aus Weißwein, Geflügelfond und Crème fraîche mit Knödeln. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 2 Gänsekeulen, frisch oder tiefgekühlt
- 200 ml Weißwein
- 250 ml Geflügelfond
- 2 EL Crème fraîche
- $\frac{1}{2}$ Zitrone
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- 4 Blätter frischer Salbei
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- frische Petersilie

- 6 Pilzknödel

Zubereitungszeit: 60 Min.

Ein einfaches, aber sehr schmackhaftes Gericht, das wenige Zutaten benötigt, aber auch schnell zubereitet ist und daher wenige Erklärungen für die Zubereitung benötigt.



Zwei leckere Gänsekeulen

Tiefgekühlte Gänsekeulen tauen Sie über Nacht im Kühlschrank auf. Dann aus der Folie nehmen, abwaschen, trocken tupfen und auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Erhitzen Sie eine große Portion Butter in einer großen Pfanne. Braten Sie die Gänsekeulen auf jeder Seite ca. 2–3 Minuten kräftig an. Dann mit dem Weißwein ablöschen und mit dem Geflügelfond auffüllen. Geben Sie noch die Crème fraîche hinzu. Dann noch die frischen Kräuter im Ganzen. Lassen Sie alles 1 Stunde bei kleiner Hitze ohne Deckel auf der Pfanne köcheln und reduzieren.

Eine viertel Stunde vor dem Ende der Garzeit bereiten Sie die Pilzknödel zu. Sie können Sie selbst zubereiten, ich habe diesmal auf die Knödel meines Discounters zurückgegriffen.

Vor dem Ende des Garens der Gänsekeulen geben Sie noch den

Saft der halben Zitrone in die Sauce hinzu. Sie werden erstaunt sein, welchen herrlichen Geschmack die Gänsekeulen und deren austretendes Fett in der Sauce hinterlassen. Vor dem Zubereiten nehmen Sie die ganzen Kräuter heraus.

Richten Sie die Gänsekeulen auf Tellern an, geben Sie die Pilzknödel hinzu, übergießen Sie alles mit viel Sauce und garnieren Sie alles mit ein wenig kleingeschnittener Petersilie.

Hähnchenbrustfilets mit mediterranen Kräutern



Hähnchenbrustfilets mit mediterranen Kräutern, Speckscheiben, Gemüse und Pilzknödeln in einer Weißwein-Sahne-Sauce

Hier habe ich weder auf ein bestehendes Rezept zurückgegriffen

noch ein solches verändert oder verfeinert, sondern meiner kulinarischen Kreativität freien Lauf gelassen. Ich hatte drei Hähnchenbrustfilets aufgetaut, beim Discounter viele frische Kräuterpflanzen für die Küche gekauft und schnell entwickelte sich die Idee einer mediterranen Zubereitung mit Kräutern, Scheiben von durchwachsenem Speck und einer Weißwein-Sahne-Sauce. Also musste ich nochmals einkaufen gehen. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 3 große Hähnchenbrustfilets
- 6 Scheiben durchwachsener Bauchspeck
- scharfer Senf
- 6 große frische Salbeiblätter
- 3 große frische Zweige Rosmarin
- viele Zweige frischer Thymian
- 3 Knoblauchzehen
- scharfes Paprikapulver
- frisch gemahlene Salz
- frisch gemahlener Pfeffer

- 2 Schalotten
- 100 ml Sahne
- 100 ml trockener Weißwein
- 100 ml Hühnerfond
- 1 halbe Bio-Zitrone (Schale und Saft)
- frisch geriebener Muskat

- 12 Dattel-Cherry-Tomaten
- 2 großer, frischer Champignon
- 2 kleine Lauchzwiebel
- Butter
- Parmesan
- frischer Schnittlauch

- 6 Pilzknödel

Zubereitungszeit: ca. 1 $\frac{1}{2}$ Stdn.



Die Füllung der Hähnchenbrustfilets – Speckscheibe, frische Kräuter und Knoblauchscheiben

Würzen Sie die Filets mit frisch gemahlenem Salz, frisch gemahlenem Pfeffer und Paprikapulver. Massieren Sie die Gewürze mit den Fingern ein wenig in das Fleisch ein. Schneiden Sie die drei Knoblauchzehen in dünne Scheiben. Schneiden Sie dann die drei Hähnchenbrustfilets quer der Länge nach auf, so dass Sie sie wieder zusammenklappen können. Legen Sie in jedes Hähnchenbrustfilet der Länge nach eine Scheibe Speck.



Ich selbst habe beim Füllen der Filets vergessen, die Speckscheiben mit scharfem Speck zu würzen. Ich habe es dann außen bei den Speckscheiben, mit denen die Filets umwickelt werden, nachgeholt. Sie können also alternativ die Speckscheiben innen oder diejenigen außen mit Senf einstreichen. Legen Sie je zwei große Salbeiblätter in die Filets, dann einen großen Zweig Rosmarin und viele kleine Zweige Thymian. Dann legen Sie darauf noch die Scheiben von je einer Knoblauchzehe.



Schlagen Sie die Filets wieder zusammen und umwickeln Sie sie jeweils quer mit einer weiteren Speckscheibe. Die Filets mit der Speckscheibe durchstechen Sie jeweils mit einem hölzernen Zahnstocher, damit sie zusammenhalten. Legen Sie die Filets in eine kleine Auflaufform, die Platz genug für sie bietet und auch noch ca. 300 ml Sauce aufnehmen kann.



Die gefüllten Hähnchenfilets in der Auflaufform vor dem Garen im Backofen

Schneiden Sie die Schalotten in dünne Streifen. Schaben Sie von der halben Biozitronen die Schale ab und pressen Sie den Saft aus. Braten Sie die Schalottenringe in einer Pfanne in Butter an. Wenn sie ein wenig Farbe bekommen haben, löschen Sie mit der Sahne, dem Weißwein und dem Hühnerfond ab. Gewürzt wird nur mit einer Prise frischem Muskat, denn die Speckscheiben bringen beim Garen genug Würze mit sich. Geben Sie noch die Zitronenschale und den -saft hinzu. Lassen Sie die Sauce ein klein wenig köcheln und gießen sie dann über die Filets in der Auflaufform. Wenn nicht die ganze Sauce in die Auflaufform passt, halten Sie den restlichen Teil zurück, denn es kann sein, dass die Sauce im Backofen zu sehr reduziert und zu würzig wird. Sie können dann mit dem Rest der Sauce diese ein wenig verlängern und abmildern.



Die Hähnchenfilets in der Auflaufform mit der zubereiteten Sauce

Erhitzen Sie den Backofen auf 180 °C. Geben Sie die Auflaufform mit den Filets und der Sauce hinein und garen Sie sie 30 Min. lang. Nach 20 Min. können Sie eventuell die Filets wenden, weil sonst die obere Seite mit dem Speck und den Schalottenringen zu braun wird.

Die Pilzknödel können Sie selbst zubereiten, aber ich habe einfach auf ein Angebot meines Discounters zurückgegriffen und sie fertig gekauft. Beachten sie allerdings, dass sie eine relativ lange Zubereitungszeit haben können. Die gekauften Pilzknödel mussten zwar nur 2 Min. in kochendem Wasser garen, aber immerhin noch 25 Min. ziehen. Bereiten Sie sie also rechtzeitig zu.

Schneiden Sie die Miniotomaten in zwei Hälften, die Champignons in dünne Streifen und die Lauchzwiebel in kleine Stücke. Garen Sie alles zusammen für 2–3 Min. in einer kleinen Pfanne in Butter. Das Gemüse soll nur kurz gegart werden, aber nicht zu sehr zerfallen.

Nach dem Garen der Filets im Backofen nehmen Sie diese heraus, schmecken die Sauce ab, würzen eventuell nochmal nach oder verlängern sie mit dem aufgehobenen, nochmals erhitzten Rest der Sauce. Schneiden Sie die Pilzködel in Scheiben, richten Sie sie auf einem Teller an und geben Sie pro Person 1 $\frac{1}{2}$ Filets darauf. Dann verteilen Sie das in Butter gegarte Gemüse darüber und einen Großteil der Sauce. Schließlich garnieren Sie alles noch mit etwas kleingeschnittenem und zerbrochenem Parmesankäse und kleingeschnittenem Schnittlauch.

Chicken Yassa



Chicken Yassa in Senf-Honig-Chili-Zitronensauce mit Duftreis und Lauchzwiebelringen und Parmesankäsescheiben

Chicken Yassa ist eine westafrikanische Spezialität, bei der

er sich um Huhn in würzig-cremiger Zitronensauce handelt. Die Mischung der Sauce aus scharfem Senf, Honig, ChilisaUCE und Zitrone machen das Gericht sehr schmackhaft, bei einem ersten Genuss aber auch ein wenig gewöhnungsbedürftig für westeuropäische Mägen. Es wird vorwiegend in der senegambischen Küche und entweder mit Geflügel, Fleisch oder Fisch zubereitet und in der Regel mit Reis serviert. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 4 Hähnchenschenkel
- 1 sehr große Gemüsezwiebel
- 2 Möhren
- 4–5 EL Olivenöl

- 4 Lorbeerblätter
- 2 TL Sriracha (thailändische, scharfe ChilisaUCE)
- Salz

- 600 ml Hühnerfond
- 2 Tasse Wasser

- 2 Tassen thailändischer Duftreis

- 4 Knoblauchzehen
- 20 g frischer Ingwer
- 2 EL scharfer Senf
- 3 EL Honig
- 1 EL Mehl
- 1 Bio-Zitrone
- 1 Lauchzwiebel

Zubereitungszeit: 40 Min.

Schneiden Sie die Gemüsezwiebel in große Streifen und braten sie in Öl in einer großen Pfanne an. Sie sollen Farbe ziehen und ein wenig braun anbraten. Dann zerteilen Sie die vier Hähnchenschenkel am Gelenk zwischen dem Unter- und dem Oberschenkel, so dass Sie insgesamt acht Teile haben. Nehmen

Sie die Gemüsezwiebelstreifen aus der Pfanne heraus und braten Sie die Hühnchenteile im übrig gebliebenen Öl scharf an. Noch nicht würzen. Geben Sie dann die Gemüsezwiebelstreifen wieder hinzu, dann den Hühnerfond, das Wasser, die Chilisaucе und die Lorbeerblätter und würzen alles mit Salz. Alles in der Pfanne ohne Deckel bei kleiner Hitze schmoren. Schälen Sie auch sogleich die Möhren und schneiden sie in dünne Scheiben. Geben Sie sie nach 10 Min. Garzeit zu den Hühnchenteilen hinzu und garen sie mit in der Sauce.

Hacken Sie Knoblauch und Ingwer klein, geben Sie beides in eine Schüssel und den Senf, den Honig und das Mehl hinzu. Die Zitronenschale der Bio-Zitrone reiben sie ab, pressen dann die Zitrone aus und geben Schale und Saft in die Mischung hinzu. Alles gut miteinander vermischen.

10 Min. vor Ende der Garzeit der Hühnchenteile garen Sie den Duftreis nach Anleitung. Und 5 Min. vor Ende der Garzeit geben Sie die Zitronen-Senf-Honig-Würzmischung in die Sauce hinzu, vermischen sie und lassen alles aufkochen. Schneiden Sie die Lauchzwiebel in kleine Ringe. Richten Sie die Hühnchenteile mit der Sauce und dem Reis auf einem Teller an und überstreuen sie mit den Lauchzwiebelringen. Um dem Ganzen dann noch einen leicht italienischen Touch zu geben, streuen Sie dünne Scheiben von Parmesankäse über das Gericht.

Die Sauce schmeckt ungewohnt, ist aber sehr schmackhaft und delikат und überragt zusammen mit dem Reis fast noch die Hühnchenteile, die eher mild gegart sind, weil sie ja vor dem Anbraten nicht extra gewürzt wurden. Ein ausgewogenes, harmonisches Gericht.

Marinierte Putenoberkeule mit Bandnudeln



Marinierte Putenoberkeule, in der Pfanne scharf angebraten

Dieses Mal habe ich eine 1,5 kg schwere Putenoberkeule mit Knochen für die Niedrigtemperatur-Garmethode ausgewählt. Sie wurde erst mariniert, dann angebraten und schließlich für 5 Stdn. bei 80 °C in den Backofen geschoben. Dazu separat eine dunkle Sauce zubereitet und Bandnudeln dazu serviert. Das Rezept ist für vier Personen.

Zutaten:

- 1,5 kg Putenoberkeule

Geben Sie die Curry-Paste, die Worcestershire-Sauce, die Sojasauce und das Olivenöl in eine kleine Schüssel und verrühren Sie alles kräftig. Dann geben Sie die Putenoberkeule in einen Gefrierbeutel, übergießen sie auf beiden Seiten mit der Marinade und geben den überbleibenden Rest noch hinzu.

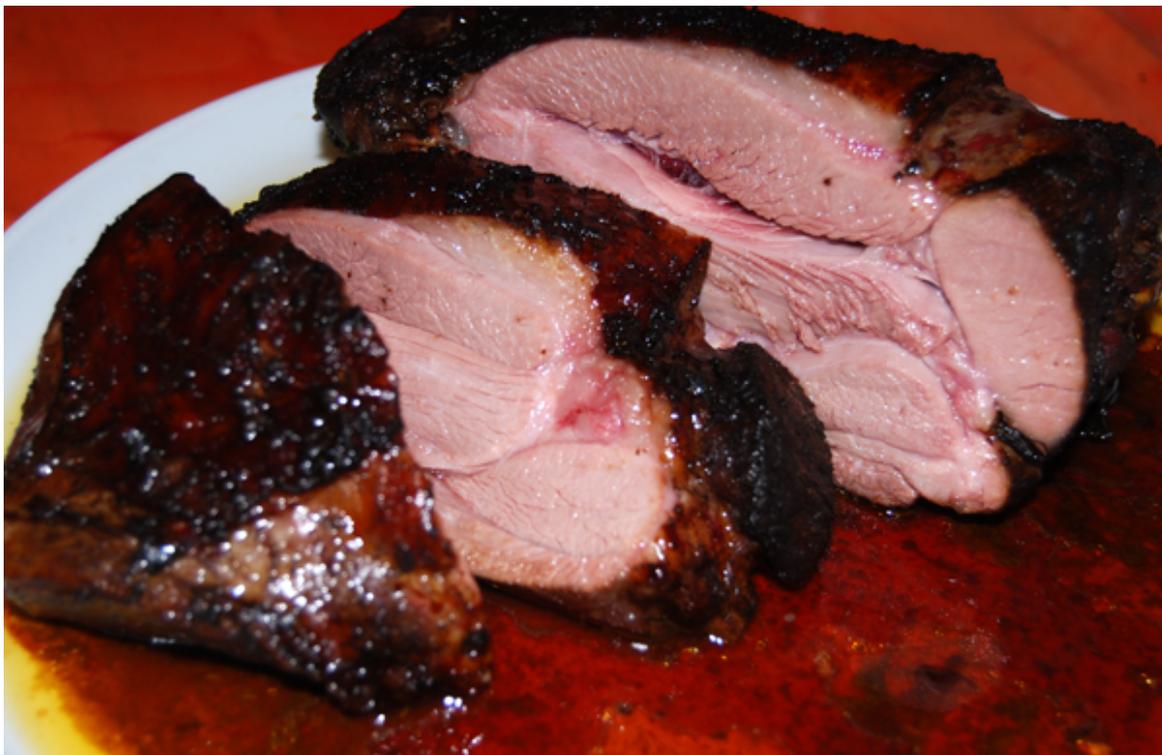
Verschließen Sie den Gefrierbeutel und kneten Sie das Fleisch mit der Marinade kräftig durch. Für zwei Stunden in den Kühlschrank legen.

Zutaten für die Marinade:

- 2 EL Vindaloo Curry Paste
- 1 EL Worcestershire-Sauce
- 1 EL dunkle Sojasauce
- 4 EL Olivenöl

Erhitzen Sie Olivenöl in einer Pfanne und braten Sie die Putenoberkeule von allen Seiten jeweils ca. 1–2 Min. an. Stören Sie sich nicht daran, wenn die Putenoberkeule durch das Anbraten außen relativ dunkel wird. Die Marinade, besonders die Currypaste, enthält einige Bestandteile, die das Anbraten relativ dunkel werden lässt. Das schmälert aber in keinsten Weise den Geschmack des Fleisches nach dem Garen im Backofen.

Heizen Sie den Backofen auf 80 °C Umluft auf. Geben Sie die angebratene Putenoberkeule in einer Auflaufform oder auf einer hitzebeständigen Platte für 5 Stdn. in den Backofen.



Die gegarte, aufgeschnittene Putenoberkeule – rosarot gegart und butterweich

Etwa 1 Std. vor Ende der Garzeit können Sie die Sauce separat zubereiten. Schneiden Sie das Gemüse in kleine Stücke. Braten Sie alles in einem kleinen Topf in Butter an. Geben Sie den losen Palmzucker hinzu, der ein wenig karamelisiert und später der Sauce die dunkle Farbe geben wird. Die Süße des Palmzuckers wird durch die Schärfe der Chilischote ein wenig aufgehoben und neutralisiert.

Dann geben Sie den Weißwein, den Hühnerfond, das Wasser und die Bohnen-, Worcestershire- und Soja-Sauce hinzu. Würzen Sie alles noch mit Salz und Pfeffer und lassen Sie die Sauce mindestens 30 Min. bei kleiner Hitze köcheln und reduzieren. Danach schmecken Sie die Sauce nochmals ab und würzen eventuell nochmals nach. Mit dem Mehl dicken Sie die Sauce ein wenig ein. Achtung: Immer nur ganz wenig Mehl mit dem Schneebesen in der Sauce verrühren, sonst verklumpt das Mehl.

Zutaten für die Sauce:

- 3 kleine Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 rote, thailändische Chilischote
- 1 TL loser Palmzucker
- 200 ml trockener Weißwein
- 300 ml Hühnerfond
- 100 ml Wasser
- 1 EL schwarze Bohnensauce
- 1 EL Worcestershire-Sauce
- 1 TL dunkle Sojasauce
- 1 $\frac{1}{2}$ EL Mehl
- Salz
- Pfeffer
- Butter



Die angerichtete Putenoberkeule, aufgeschnitten, mit Bandnudeln und dunkler Sauce

Schließlich bereiten Sie noch 10 Min. vor Ende der Garzeit der Putenoberkeule die Bandnudeln in einem Topf mit kochendem Wasser zu. Servieren Sie die Pasta auf einem Teller, dazu die aufgeschnittene Keule und darüber die dunkle Sauce. Alles noch mit ein wenig geschnittenem Schnittlauch garnieren.

Zutaten für Pasta:

- 500 g Bandnudeln oder Tagliatelle



Gefüllte Hähnchenschenkel



Zwei gefüllte, gegarte Hähnchenschenkel in einer Weißwein-Sahnesauce

Hähnchenschenkel kannte ich bisher nur in der allereinfachsten Variante: Würzen und in der Pfanne braten. Jetzt habe ich mir jedoch die Arbeit gemacht, vier Hähnchenschenkel zu entbeinen und zu füllen. Das Gericht ist für zwei Personen, wenn dazu noch Pasta für die gute Sauce gereicht wird, auch für vier Personen.

Zutaten:

4 Hähnchenschenkel

Für die Füllung:

4 Scheiben roher Schinken

4 Scheiben gekochter Schinken

1 Baguettebrötchen

Milch

2 EL geriebener Gouda
3 Knoblauchzehen
1 kleine, rote Spitzpaprika
1 rote, thailändische Chilischote
1 großer Zweig Rosmarin
4 Zweige Salbei
1 Ei
Salz
Pfeffer

Für die Sauce:

Trockener Weißwein
100 ml Sahne
100 Hühnerfond



Ein ausgebeintes Hähnchenschenkel

Die vier Hähnchenschenkel entbeinen. Dazu mit einem sehr scharfen Messer die Schenkel an der Unterseite entlang einschneiden. Dabei nicht die Außenhaut zerstören. Dann mit dem Messer das Fleisch um den Knochen abschaben und den

Knochen aus dem Fleisch lösen.

Schneiden Sie für die Füllung die jeweils vier Scheiben roher und gekochter Schinken in kleine Würfel. Dann entfernen Sie von dem Baguettebrötchen die Kruste und schneiden das Innere in kleine Würfel. Diese Würfel weichen Sie in Milch ein. Schneiden Sie die Knoblauchzehen, den Spitzpaprika und die Chilischote klein. Dann zupfen Sie von dem Rosmarinzweig alle Blätter ab und nehmen die Salbeiblätter hinzu. Wenn Sie ein Wiegemesser – im Umgangsprachlichen auch „Wickel-Wackel“ genannt – besitzen, können Sie die Kräuter damit auf einem Schneidebrett in 1–2 Min. kleinhacken.

Geben Sie alles in eine größere Schüssel und geben Sie noch den Käse und das Ei hinzu. Mit Salz und Pfeffer würzen. Dann alles gut vermischen.



Zwei gefüllte Hähnchenschenkel

Salzen und pfeffern Sie die ausgebeinten Hähnchenschenkel. Dann füllen Sie jeden Schenkel mit ca. 2–3 EL der Füllung. Entweder mit Küchengarn zusammenbinden oder einfacher, mit zwei Zahnstochern zustecken.

Eigentlich sollen die gefüllten Hähnchenschenkel auf allen Seiten gut in Olivenöl angebraten werden. Da die Schenkel mit der Füllung aber ein recht fragiles Gebilde sind, reicht es auch, sie nur auf der Unterseite in einer großen Pfanne kräftig in heißem Öl anzubraten. Dann mit einem guten Schuss trockenem Weißwein ablöschen und zugedeckt ca. 30 Min. bei geringer Hitze köcheln lassen.



Vier gefüllte Hähnchenschenkel in der Pfanne im Weißweinsud

Die gegarten Hähnchenschenkel aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Den Weißwein mit Sahne und Hühnerfond ablöschen. Man kann die Sauce noch ein wenig reduzieren lassen, aber der Weißwein ist durch die Zubereitung schon so würzig, dass sich dies fast erübrigt. Man kann die Sauce also schon nach wenigen Minuten verwenden.

Für eine Person braucht es ohne Zutaten zwei gefüllte Hähnchenschenkel. Möchte man jedoch noch Pasta zubereiten, um die köstliche Sauce zu nutzen, dann reicht ein

Hähnchenschenkel plus Pasta pro Person.

Im Backofen gegarte Ente



Meine kopflose Ente, die schon lange im Gefrierfach schlummerte ;-), ging den vorbestimmten Weg und wurde an Pfingsten gnadenlos im Backofen gebruzzelt. Grausames Vorgehen, ne? ;-). Ich habe dieses Mal auf eine Füllung verzichtet, da hätte ich wieder etwas Neues kreieren müssen, weil es die letzten zwei Male mit der Füllung nicht gut geklappt hat. Dann noch einkaufen und alles zurechtschneiden. Ne, habe ich verzichtet. Also, Ente pur, mit Zwiebeln, Knoblauch, Lauchzwiebeln, Champignons und Chili in einer Brühe schön lange im Backfoen gegart und zum Schluss mit einer Sojasauce-Honig-Pul-biber-Mischung eingepinselt und noch schön knusprig gegrillt.

Zutaten:

- 1 frische oder gefrorene Ente, ca. 2 kg
- $\frac{1}{2}$ Gemüsezwiebel
- 6 Zehen Knoblauch
- 1 Lauchzwiebel
- 250 gr frische Champignons
- 2 grüne Chilischoten
- 600–700 ml Entenfond
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
- Butter

- 2 EL dunkle Sojasauce
- 1 EL Honig
- 1 EL Pul biber (gebrochener, scharfer, türkischer Paprika – fäschlicherweise oft als „Chiliflocken“ benannt)

Zubereitung:

Die Ente, wenn es eine geforene ist, über zwei Tage im Kühlschrank auftauen. Aus der Verpackung nehmen, die Innereien der Ente herausnehmen und aus der Plastikhülle nehmen, die Ente dann unter fließendem Wasser abspülen, mit Küchenpapier abtrocknen und mit frisch gemahlenem Salz und Pfeffer von allen Seiten würzen. Dann die Ente mit einem spitzen Messer von allen Seiten einstechen

Vorher schon den Backofen auf 200° C und Umluft einstellen und die Ente im Backofen nur mit etwas Olivenöl für 30 Minuten ohne Deckel im Bräter garen. Dies dient dazu, dass schon beim ersten Anbraten möglichst viel Fett herausfließt.

Währenddessen die Zwiebel, Knoblauchzehen, Lauchzwiebel, Champignons und Chilis kleinschneiden. In einem Topf mit Butter andünsten und bei kleiner Hitze mit aufgesetztem Deckel ca. 15 Min. garen.

Wenn die Ente beim ersten Anbraten schon viel Fett von sich gegeben hat, dieses aus dem Bräter in eine Schüssel ausgießen.

Sie können das Entenfett zur weiteren Verwendung im Kühlschrank aufbewahren, es eignet sich für alle Gargerichte in der Pfanne oder im Bräter.

Sollte noch nicht viel Fett ausgetreten sein, macht dies nichts. Geben Sie dann auf alle Fälle das angeschmorte Gemüse und die Innereien zur Ente im Bräter hinzu. Dann mit dem Entenfond auffüllen. Die Ente im Bräter mit Deckel in den Backofen geben, warten, bis sich der Fond im Backofen erhitzt hat und köchelt und erst dann die Temperatur auf 160–180° herunterdrehen. Die Ente in der Flüssigkeit 1,5 Stdn. garen.



Danach die Ente aus der Sauce nehmen und die Sauce mit dem Gemüse durch ein Sieb geben. Die vorhandene Sauce geben Sie in eine Fett-Trenn-Kanne, in der sich oben das Entenfett und unten die Sauce absetzt. Sie werden sehen, dass die Ente während des Garens sehr viel Fett abgibt, das Fett macht etwa 1/3 und die Sauce etwa 2/3 der Flüssigkeit aus. Die Sauce aus der Kanne abgießen und mit dem gegarten Gemüse in einen Topf geben. Das Fett in eine Schüssel und diese in den Kühlschrank stellen.

Jetzt pinseln Sie die Ente noch von allen Seiten mit der Sojasauce-Honig-Pul-biber-Mischung ein. Dann nochmals ohne Deckel in den Bräter, bei Umluft und Oberhitze oder Grill, jeweils für ca. 15 Min. von beiden Seiten. Bleiben Sie während des Grillens dabei, je nach Hitze können auch 8–10 Min. ausreichen, mehr würde dann die Entenhaut zu sehr verbrennen.



Jetzt können Sie die Ente herausnehmen, sie portionieren – eine große Ente mit Beilagen sollte für vier Personen reichen. Richten Sie sie mit während der Garzeit zubereiteter Pasta, Kartoffeln oder Knödeln an, zu denen die Sauce mit dem gegarten Gemüse hervorragend schmeckt. Alles eventuell noch mit Salz und Pfeffer abschmecken. Und auch ein Salat ist dazu angebracht. Guten Appetit!

Zubereitungszeit: 20 Min. • **Garzeit:** 2,5 Stdn.