



Entenbrust - 4 Personen, 1 Stunde

1

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen. Entenbrüste waschen, trockentupfen und die Haut kreuzweise nicht zu tief einschneiden. Beim Einschneiden der Entenbrust unbedingt darauf achten, dass die Fettschicht auch am Rand eingeschnitten ist. So verhindern Sie, dass sich die Entenbrust beim Braten wölbt.

2

Die Entenbrüste in wenig Öl auf der Hautseite bei milder Hitze in vier bis fünf Minuten kross braten. Entenbrüste wenden und die Fleischseite ganz kurz anbraten. Dabei die Seiten ein wenig anheben, damit auch die Ränder anbraten. Vom Herd nehmen.

3

Ein Ofengitter auf die mittlere Schiene schieben. Das Fleisch mit der Haut nach oben darauf im auf 100 Grad vorgeheizten Ofen fünfzig Minuten rosa garen. Salzen und pfeffern.

ZUTATEN

- 2 Stück Barbarie-Entenbrüste, küchenfertig
- 1 EL Öl
- Salz
- Pfeffer



