

Entenbrust mit Honig

Außen knusprig, kross und innen zart rosa - eine Delikatesse Zutaten:

4 Entenbrüste zu je ca. 200-250 g

2 EL Honig

Pfeffer und Salz zum Abschmecken

2 EL Senf

1 Prise eines scharfen Gewürzes, wie z.B. Cayennepfeffer oder Sambal Oelek

(ergibt 4 Portionen)

Ritzen Sie die Haut der Entenbrüste mit einem scharfen Messer rautenförmig ein. Legen Sie die Entenbrüste mit der Haut nach unten in 2 kalte Pfannen und braten diese vorsichtig etwa 10 Min. Gießen Sie das meiste Fett ab. Danach können Sie die Fleischseite salzen und pfeffern, die Entenbrüste wenden und die zweite Seite ca. 4 Min. bei starker Hitze braten. Verrühren Sie den Honig mit dem Senf und Cayennepfeffer/Sambal Oelek und überstreichen damit die Haut. Legen Sie die Entenbrüste mit der Haut nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und schieben dieses in den nicht vorgeheizten Ofen.

Backzeit:

175 Grad – 25 Minuten

Servieren Sie dazu z.B. Röstkartoffeln