

Entenbrust mit Milchbohnen und Kartoffelpüree

Zutaten für die Entenbrust (für 4 Personen):

- 4 (bevorzugt von weiblichen Tieren) Entenbrüste
- Zweige Thymian
- Zweige Rosmarin
- 1 Zehe Knoblauch
- Salz
- Pfeffer
- Butterschmalz
- Olivenöl

Den Backofen auf 150 Grad vorheizen. Die Entenbrüste abwaschen, gut trocknen und gegebenenfalls Silberhäute und Sehnen entfernen. Das kleine anhängende Filetstück auf der Fleischseite abschneiden und später separat kurz mit in der Pfanne braten. Die Haut mit einem Messer kreuzweise einschneiden, dann die Brüste salzen und pfeffern.

Etwas Olivenöl und Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Brüste zunächst auf den Hautseiten anbraten, bis sie goldbraun sind. Die Entenbrüste wenden und auf der Fleischseite ebenfalls anbraten. Dabei Thymian, Rosmarin und eine angedrückte Knoblauchzehe mit in die Pfanne geben. Die Fleischstücke außerdem mehrmals mit dem Bratensaft begießen. Anschließend etwa 15 Minuten im Backofen garen.

Zutaten für die Bohnen:

- 500 g grüne Bohnen
- 125 ml Sahne
- 125 ml Milch
- 1 EL Mehl
- 1 EL Butter
- 2 Schalotten
- Salz
- Pfeffer
- 1 Zweig Thymian
- 1 Zweig Bohnenkraut

Bohnen putzen, halbieren und in Salzwasser 8-10 Minuten kochen, dann kalt abschrecken und abtropfen lassen. Schalotten schälen und in Streifen schneiden. Thymian- und Bohnenkrautblätter von den Stielen zupfen.

Sahne und Milch in den Topf geben und aufkochen lassen. Die Schalotten hinzufügen und 2-3 Minuten köcheln lassen. Aus Butter und Mehl eine Mehlschwitze herstellen und nach und nach zur Soße geben, bis eine sämige Konsistenz entsteht. Dann die Bohnen dazugeben und in der Soße erhitzen. Dabei salzen, pfeffern und die Kräuter unterrühren. Zum Schluss noch etwas Butter hinzufügen.

Zutaten für das Kartoffelpüree:

- 1 kg mehligkochende Kartoffeln
- 200 ml Sahne
- 1 EL Butter
- 1 Prise Muskat
- Salz

Die Kartoffeln schälen, dann in Salzwasser weichkochen und danach gut abtropfen lassen. Sahne und Butter in einen Topf geben und erhitzen. Die Kartoffeln hineingeben und zerstampfen, anschließen mit dem Holzlöffel gut verrühren. Dabei mit

Salz und Muskatnuss würzen.

Die Entenbrüste aus dem Ofen nehmen und abgedeckt 2-3 Minuten ruhen lassen. Das Fleisch in Scheiben schneiden und mit den Sahnebohnen und dem Kartoffelpüree servieren.

Sendung/Quelle: DAS!

Sendetermin: 17.12.2022

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen