

Enten-Brust mit Rotwein-Soße und Zitronen-Risotto

Für zwei Personen

1 Entenbrustfilet, mit Haut	80 g Risottoreis	50 g Parmesan
1 unbehandelte Zitrone	1 Zwiebel	2 Schalotten
1 Knoblauchzehe	1 Knolle Ingwer	1 EL Butter
1 EL trockener Weißwein	125 ml trockener Rotwein	250 ml Geflügelfond
250 ml Gemüsefond	1 Lorbeerblatt	Olivenöl, Chilipulver
Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 130 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Entenbrust waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend in einer Pfanne ohne Fett auf der Hautseite stark anbraten, wenden und auf der anderen Seite ebenso leicht anbraten. Anschließend etwa 25 Minuten im Backofen garen. Die Pfanne mit dem Bratensatz beiseite stellen. Die Zwiebel halbieren, abziehen und in Würfel schneiden. In einem flachen, großen Topf etwas Olivenöl erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Anschließend den Reis dazugeben und ebenso dünsten, bis die Reiskörner glasig sind. Einen Topf mit dem Gemüsefond erhitzen. Die Zitrone halbieren, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Anschließend das Risotto mit dem Weißwein und dem Zitronensaft ablöschen und die Flüssigkeiten einkochen lassen. Etwas Gemüsefond und das Lorbeerblatt dazugeben. Das Risotto immer wieder mit dem heißen Fond angießen, umrühren und bei mittlerer Hitze einkochen lassen. Den Knoblauch halbieren und abziehen. Die Ingwerknolle schälen und eine dünne Scheibe abschneiden. Nach etwa 15 Minuten Kochzeit den Knoblauch, den Ingwer sowie die abgeriebene Zitronenschale zu dem Risotto geben. Die Schalotten grob schneiden und in dem Bratensatz der Ente anbraten. Das Ganze mit dem Rotwein ablöschen. Anschließend mit dem Geflügelfond aufgießen und die Soße reduzieren lassen. Mit Salz, Pfeffer und Chili nach Geschmack abschmecken. Den Parmesan reiben. Wenn die Reiskörner nach etwa 15 bis 20 Minuten bissfest gegart sind, die Ingwerscheibe und das Lorbeerblatt entnehmen, die Butter und den Parmesan unterrühren und das Risotto mit Salz und einer Prise Chilipulver abschmecken. Die Entenbrust gemeinsam mit dem Risotto und der Rotweinsauce auf Tellern anrichten und servieren.

Helga Fischer am 09. Juli 2012