

Geschmorte Enten-Keulen mit Walnüssen und Granatapfel

Für 4 Personen

Für die geschmorten Keulen:

2 rote Zwiebeln	4 Entenkeulen	2 EL Butterschmalz
Salz	Kurkuma	200 ml Granatapfel-Melasse
300 ml Geflügelbrühe	150 g Walnusskernhälften	Zucker
1 Granatapfel		

Für den Reis:

300 g Basmatireis	Salz	3 EL Butter
-------------------	------	-------------

Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden.

Von den Entenkeulen zunächst die Haut abziehen, dann die Keulen im Gelenk durchtrennen. Fleisch waschen und gründlich trocken tupfen.

In einem Schmortopf Butterschmalz erhitzen. Die Fleischstücke mit Salz und Kurkuma würzen und im Schmortopf rundum goldbraun anbraten.

Dann die Zwiebeln zugeben, kurz mitbraten und mit der Hälfte der Granatapfelmelasse ablöschen. Soviel Brühe angießen, dass die Fleischstücke etwa zur Hälfte in der Flüssigkeit liegen. Zugedeckt leicht köchelnd die Entenkeulen ca. 45 Minuten weich schmoren. Evtl. zwischendurch etwas Brühe nachgießen.

In der Zwischenzeit den Reis lauwarm waschen, abtropfen lassen.

Reichlich Salzwasser aufkochen, den Reis einstreuen und ca. 7 Minuten köcheln lassen.

Reis abgießen und gründlich mit lauwarmem Wasser waschen. Abtropfen lassen.

Butter in einem breiten Topf schmelzen. Den vorgegarten Reis kegelförmig drauf schichten. Den Topf mit einem doppelt gelegten sauberen Geschirrtuch bedecken.

Deckel auflegen und den Reis bei sehr schwacher Hitze ca. 20 Minuten gar dämpfen.

Die Walnusskerne grob mahlen oder hacken.

In einer Pfanne ohne Fett die Walnüsse bei kleiner Hitze ca. 8 Minuten rösten, dann mit restlicher Granatapfelmelasse ablöschen, nochmals ca. 8 Minuten köcheln lassen.

Die Walnuss-Melasse-Mischung ca. 10 Minuten vor Ende der Schmorzeit der Keulen mit in den Schmortopf geben und noch ein paar Minuten mitköcheln lassen.

Die Schmorsauce mit Salz und Zucker abschmecken.

Vom Granatapfel die Kerne auslösen.

Das geschmorte Fleisch nach Wunsch von den Knochen lösen und anrichten, mit der Walnuss-sauce überziehen und mit Granatapfelkernen bestreuen. Dazu den Reis servieren.

Jacqueline Amirfallah am 12. Februar 2020