

Flugentenbrust mit Feldsalat und karamellisierten Walnüssen



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

600 g Entenbrust
50 g Feldsalat
1 Granatapfel
50 g Walnüsse
4 Eier
1 kleiner Hokkaidokürbis
Salz, Pfeffer, Olivenöl, 1 EL Zucker
Für die Vinaigrette
1 EL körnigen Senf
2 EL Naturjoghurt
Salz, Pfeffer
1 TL Honig
1 EL Zitronensaft
1 EL Essig
2 EL Öl

ZUBEREITUNG

Die Entenbrust auf der Hautseite einritzen. In einer Pfanne ohne Fett auf mittlerer Temperatur mit der Hautseite nach unten 5 Minuten braten. Danach Temperatur erhöhen kross weiterbraten. Anschließend Entenbrust wenden und auf der Fleischseite 2-3 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und im Backofen bei 175 °C für 15-20 Minuten zu Ende braten.

Feldsalat putzen, waschen und trocken schleudern.

Walnüsse in einer Pfanne mit Zucker karamellisieren.

Granatapfel entkernen (Tipp: geht sehr gut in einer Schüssel mit kaltem Wasser)

Eier kochen und pellen

Kürbis halbieren und entkernen, in Spalten schneiden und in einer Feuerfesten Form mit 1 EL Olivenöl, gepresster Knoblauchzehe, Salz und Pfeffer im Ofen bissfest garen.

Alle Zutaten der Vinaigrette cremig miteinander verrühren und mit dem Feldsalat mischen und auf dem Teller anrichten.

Entenbrust in Scheiben schneiden und mit den Kürbisspalten, Nüssen, Eiern und Granatapfelkernen servieren.



Dazu passt Baguette



Weisser Burgunder "Ober der Geierschell" trocken

Wir empfehlen unseren Weissen Burgunder "Ober der Geierschell", da er mit seinem kräftigen Körper und Schmelz eine hervorragende Verbindung zur Entenbrust eingeht.