

Frisch gekocht
Mittwoch, 16. November 2016



Rezept von Konstantin Filippou

Enteneintopf

3 Stunden (ohne Stehzeit)/ aufwendig



Zutaten für 4 Personen

600 g weiße Bohnen, 6 Zwiebeln, 6 Knoblauchzehen, 4 Tomaten, 2 EL Tomatenmark, 6 Salsiccia, 100 g Bauchspeck, 4 Entenkeulen, 2 l Gänsefett (oder Olivenöl), 5 Birnen, 4 Knollen Fenchel, Rosmarin, Salz, Pfeffer, Olivenöl.

Zubereitung

Das Backrohr auf 80°C erhitzen. Das Gänsefett auf 60 °C erwärmen, die Entenkeulen einlegen, mit Backpapier abdecken und 2-3 Stunden im Ofen konfieren.

Die Bohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und grob schneiden. In Olivenöl anrösten. Den Speck in Stifte schneiden und mitrösten. Die Tomaten vierteln und mit den Bohnen ebenfalls zugeben. Alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Tomatenmark einrühren und leicht anrösten. Etwas Wasser zugießen und schmoren, bis die Bohnen weich sind.

Die Salsiccia in Scheiben schneiden und in Olivenöl knusprig braten. Etwas Konfierfett und einige Rosmarinzweige zugeben und die konfierten Entenkeulen beidseitig scharf anbraten. Den Fenchel in Scheiben schneiden, das Fenchelgrün beiseite stellen. Die Birnen vom Kerngehäuse befreien, vierteln und mit dem Fenchel und dem Fenchelgrün in Olivenöl braten.

Die Entenkeulen im Cassoulet mit dem Fenchel und den Birnen servieren.