

**Frisch gekocht**  
**Dienstag, 20. Dezember 2016**



**Rezept von Richard Rauch**

**Knusprige Entenbrust mit Orange, Ras el-Hanout und schnellen Grießknödeln**



**40 Minuten/aufwendig**

---

### **Zutaten für 4 Personen**

1 Orange (unbehandelte Schale), 4 Barbarieentenbrüste à 180 g, 1 TL Butter, Pfeffer, Zimt (ganz), Salz.

Für die schnellen Grießknödel: 250 g Milch, 60 g Butter, 70 g Grieß, 1 Ei, Salz, 1 Zitrone (unbehandelte Schale).

Für den Ras el-Hanout-Schaum: 75ml Obers, 75 ml Milch, 1 Orange (unbehandelte Schale), 1/2 TL Ras el-Hanout, Salz, ev. 1 TL Sojalecithin.

Zum Anrichten: Außerdem: gezupfte Kohlsprossen, frischer Thymian, eingelegte Preiselbeeren, Entenjus.

### **Zubereitung**

Die Schale der Orange abreiben. Die Entenbrüste auf der Hautseite einschneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne ohne Fett von beiden Seiten anbraten. Im auf 120 °C vorgeheizten Backrohr auf einem Gitter in 25 Minuten rosa garen. Danach die Entenbrüste auf der Hautseite erneut ohne Fett braten, bis die Haut kross ist. Das Fleisch wenden, Butter, Pfeffer, Zimt, Orangenabrieb und Kohlsprossenblätter hinzugeben und drei bis fünf Minuten ziehen lassen.

Für die Grießknödel die Schale der Zitrone abreiben. Die Milch mit Butter, einer Prise Salz und Zitronenschale aufkochen. Den Grieß unter Rühren einrieseln lassen und die Masse bei milder Hitze „abbrennen“. In eine Schüssel umfüllen und ruhen lassen. Nacheinander das Ei und etwas Zitronenschale unterrühren. Mit Klarsichtfolie bedecken und im Kühlschrank etwa 1 Stunde ruhen lassen. Danach die Masse zu kleinen Kugeln formen und auf einen mit Butter bestrichenen Teller legen. Mit dem Daumen eine Mulde drücken und anschließend in einem Dämpfer bei 100 °C 8 bis 10 Minuten garen.

Für den Ras el-Hanout-Schaum die Schale der Orange abreiben. Obers und Milch mit Orangenabrieb und einer Prise Salz aufkochen, eventuell Sojalecithin zugeben. Fünf Minuten ziehen lassen, mit Ras el-Hanout abschmecken und aufschäumen.

Die Entenbrust mit dem Ras el-Hanout und einem Grießknödel anrichten, mit gezupften Kohlsprossen, Thymian, Preiselbeeren und Entenjus vollenden.