

## Frisch gekocht



### Rezept von Lisl Wagner-Bacher

#### Wildente, herbstliches Gemüse, Wacholder und Arme Ritter



**40 Minuten/aufwendig**

---

### Zutaten für 4 Personen

4 Wildentenbrüste, 100 g Selchspeck, Salz, Pfeffer, gemörserter Wacholder, fein geschnittener Rosmarin, 8 Scheiben Lardo; 12 Maroni, 8 eingelegte Zwetschken\*, 100 g Kohlsprossen, Powidl, 2 schwarze Nüsse, Haselnüsse, Zucker, Gemüsefond.

Für die armen Ritter: 2 Scheiben Brioche, 1 Ei, 1 Eidotter, 50 g Obers, Salz, Pfeffer, Cognac, weißer Portwein, Butterschmalz, Kristallzucker.

### Zubereitung

Die Wildentenbrüste mit Salz, Pfeffer, Wacholder und Rosmarin würzen. Den Selchspeck in einer Pfanne ausbraten. Die Wildentenbrüste mit dem ausgetretenen Fett in Plastikbeutel vakuumieren. Im Dampfgarer oder im Wasserbad bei 60 °C ca. 14 Minuten garen. Die Blätter von den Kohlsprossen zupfen, kurz blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Die Maroni schälen und mit etwas Zucker karamellisieren. Mit Gemüsefond ablöschen und die Zwetschken, Kohlsprossenblätter und Haselnüsse ebenfalls zugeben und mitschwenken. Für die armen Ritter Ei, Eidotter, Obers, Salz, Pfeffer, Cognac und Portwein gut mixen. Brioche in kleine Quader schneiden, kurz in die Mischung legen. In einer beschichteten Pfanne in etwas Butterschmalz gleichmäßig goldbraun backen, mit Kristallzucker bestreuen und karamellisieren.

Vor dem Servieren die Wildentenbrüste noch kurz in Butter und Wacholder anbraten und mit den Lardoscheiben belegen. Mit dem herbstlichen Gemüse, den armen Rittern und etwas Powidl servieren.

\*Eingelegte Zwetschken:

Dörrzwetschken, 250 ml Rotwein, 250 ml Portwein, Zwetschkenessig, 2 Nelken, 1 Zimtstange.

Den Wein aufkochen und auf die Hälfte einreduzieren. Mit einem Spritzer Essig, Nelken und Zimtstange aromatisieren. Die Dörrzwetschken einlegen, aufkochen und ein paar Stunden ziehen lassen.