

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Eingeweckte Bauernente, Linsen & Rotkrautsalat

Zutaten

(4 Personen)

Für die eingeweckte Ente

- 2 weibliche Entenbrüste
- Olivenöl
- 200 ml Weißweinessig
- 200 ml Rindssuppe
- 200 ml Rohrzucker
- Thymian
- Rosmarin
- 1 EL grober Senf
- Salz
- Rote Pfefferbeeren

Für die Linsen

- 200 g Belugalinsen
- 2 EL feingeschnittener Bauchspeck
- 2 Schalotten fein geschnitten
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Thymianzweige
- 1 Rosmarinzweig
- 50 ml Apfelbalsamicoessig
- 100 ml Rindssuppe
- Salz

Quelle: ORF extra

- Etwas Maisstärke

Für den Rotkrautsalat:

- 200 g Rotkraut, fein geschnitten
- Salz
- 4 cl Apfelbalsamicoessig
- 1 EL Preiselbeeren
- 4 cl Walnussöl
- 40 g geriebene Birne
- 8 Scheiben schwarze Nuss

Zubereitung

Eingeweckte Ente:

Entenbrust auf der Hautseite kreuzförmig einschneiden und ohne zusätzliches Fett anbraten. Wenn eine schöne, goldgelbe Farbe erreicht ist umdrehen und mit Rindsuppe und Essig ablöschen. Rohrzucker, die Gewürze und Kräuter zugeben. Einmal aufkochen lassen und beiseitestellen. In ein Einmachglas füllen und im Kühlschrank 2 Tage durchziehen lassen.

Vor dem Servieren den Backofen auf 50 C vorheizen und die Entenbrust darin 30 Minuten temperieren.

Linsen:

Belugalinsen in reichlich kaltem Wasser 1 Tag einweichen. Schalotten und Bauchspeck in Olivenöl anschwitzen, angedrückten Knoblauch, Kräuter und abgetropfte Linsen dazugeben und mit Balsamicoessig ablöschen. Suppe angießen und alles 5 Minuten kochen lassen. Kräftig abschmecken und bei Bedarf mit etwas Maisstärke binden.

Rotkrautsalat:

Das Rotkraut salzen und etwas stehen lassen. Die entstandene Flüssigkeit abgießen und mit Essig, Walnussöl, Preiselbeeren und der geriebenen Birne vermischen und nochmals mit Salz abschmecken. Mit den Nusscheiben belegen.