

## Hauptgericht

### Entenbrust mit Orangensauce und Süßkartoffelpüree

Für 2 Personen:

150 g Süßkartoffeln  
60 g Kartoffeln  
Salz  
1/4 rote Peperoni  
1 kleines Stück Ingwer  
(ca. 1 cm)  
1 kleine Entenbrust  
Salz  
1 TL Speiseöl  
50 ml Entenfond  
30 ml trockener Weißwein  
Saft von 1 Orange  
50 ml Sahne  
weißer Pfeffer  
100 g Zuckerschoten  
1/2 TL Butter

Süßkartoffeln und Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser ca. 20 Minuten kochen. Peperoni entkernen, waschen, in Ringe schneiden, Ingwer schälen und reiben. Elektrobackofen auf 180 Grad vorheizen. Entenbrust waschen, trocken tupfen, Haut rautenförmig einschneiden und rundherum salzen. Öl erhitzen, Entenbrust mit der Hautseite nach unten darin bei mittlerer Hitze knusprig anbraten, herausnehmen und mit der Hautseite nach oben auf das Backofenrost mit untergeschobenem Abtropfblech geben und ca. 15 Minuten im Backofen garen (Elektro- und Erdgasbackofen 180 Grad/Stufe 3, Umluft 160 Grad). Peperoniringe zum verbliebenen Bratfond geben, kurz anbraten und mit Entenfond, Wein und Orangensaft ablöschen, Ingwer zufügen und ca. 5 Minuten reduzieren lassen. 50 ml Sahne angießen, kurz erhitzen und Sauce mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken. Zuckerschoten in kochendem Salzwasser ca. 2 Minuten blanchieren und in zerlassener Butter schwenken. Gekochte Kartoffeln und Süßkartoffeln abschütten, mit restlicher Sahne stampfen und mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken. Entenbrust aufschneiden und mit Püree, Sauce und Zuckerschoten anrichten. Nach Wunsch mit rosa Pfefferkörnern bestreut servieren.

Vorbereitungszeit: ca. 20 Minuten

Garzeit: ca. 40 Minuten

Pro Portion:

kJ/kcal: 2267/541

EW: 24,2 g

F: 33 g

KH: 33 g

BE: 2,5