

Roter Entencurry



1. Zutaten für 4 Personen,

- 1 Entenbrustfilet
- 5 Knoblauchzehen
- 3 Stengel frischer Koriander
- $\frac{1}{2}$ TL Salz
- $\frac{1}{2}$ TL schwarzer Pfeffer frisch gemahlen
- 1-2 EL Sojasoße
- 3 EL dünnflüssiger Honig

Zubereitungszeit 1/2 Stunde, + 2 Std. Marinieren

1.1. Ente - Zubereitung:

Entenbrust waschen und säubern. Knoblauch schälen, Koriander waschen, trocken tupfen und beides mit Salz und Pfeffer zu einer Paste zerstoßen. In eine kleine Schüssel umfüllen und mit 1 EL Sojasoße und dem Honig verrühren. Entenbrust mit dieser Paste einreiben und zugedeckt an einem kühlen Ort ca. 2 Std. marinieren lassen.

Entenbrust bei mittlerer Hitze zuerst mit der Hautseite nach unten 2 x 4 Minuten anbraten. Backofen auf 190°C vorheizen. Entenbrust in die Mitte auf den Gitterrost legen und ca. 10 Minuten braten, dabei ab und zu wenden. Fertige Entenbrust in Alufolie wickeln und abkühlen / bzw. ruhen lassen.

2. roter Entencurry

Zubereitungszeit ca. 30 Min.

Zutaten für 4 Personen:

- *1 Entenbrust nach Grundrezept*
- *5 Cocktailtomaten*
- *5 Kaffir-Zitronenblätter*
- *20 Basilikumblätter*
- *350 gr. frische Ananas, oder ungezuckerte aus der Dose*
- *3 EL Erdnussöl*
- *2 EL rote Currypaste*
- *1 Ds. Kokosmilch 400 ml*
- *3 EL Fischsoße*
- *1 EL Palmzucker*

2.1. roter Entencurry Zubereitung:

Entenbrust und in dünne Streifen schneiden. Fleischsaft auffangen und später in den Curry geben

Cocktailtomaten und Zitronenblätter waschen, letztere trocken tupfen und vierteln. Basilikumblätter waschen und trocken schütteln. Frische Ananas schälen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Öl im Wok erhitzen, rote Currypaste zugeben und unterrühren. 5 EL von der dicken Schicht oben auf der Kokosmilch hinzufügen, einrühren und bei schwacher Hitze ca. 3 Min. köcheln lassen. Hitze erhöhen, Enten- und Ananasstücke, Fischsoße, Zitronenblätter, Zucker und restliche Kokosmilch sowie Cocktailtomaten dazugeben und alle etwa 2 Min. bei mittlerer Hitze schmoren lassen. Zum Schluß Basilikum und Fleischsaft unterrühren und sofort servieren.