



Gebratene Entenbrust

mit Butternuss-Kürbis-Sauce und Venere-Risotto

Gebratene Entenbrust

4 Stk.	Entenbrüste	parieren und Fett übers Kreuz einschneiden
2 Zweige	Thymian	zupfen
1 Stk.	Knoblauchzehe	schälen und hacken

Entenbrüste in kalte Pfanne legen und auf mittlerer Stufe braten bis das Fett knusprig ist, drehen und herausnehmen. Im Ofen bei 80°C 15 min. garen, danach dünn gegen die Fasern aufschneiden und servieren.

WICHTIG: Fett für Sauce aufbewahren

Butternuss-Kürbis-Sauce

1/2	Butternuss-Kürbis	schälen und in 1 cm grosse Würfel schneiden
1	Zwiebel	schälen, hacken
	Fett von der Ente	auf kleiner Stufe erhitzen, Zwiebel begeben und 2 min. dünsten, Kürbiswürfel dazu geben und weitere 2 min. dünsten
1 dl	Orangensaft	ablöschen und um 1/3 einkochen
3 dl	Demi-Glace	begeben, um 2/3 einkochen (45 min.)
	Salz, Pfeffer	abschmecken, wenn nötig mit Roux abbinden
1 EL	St. Galler Kürbiskernöl	begeben gut vermischen, anrichten

Venere-Risotto

1 EL	St. Galler Sonnenblumenöl	in einem Topf erhitzen
1	Zwiebel	schälen, hacken und begeben
200 g	Venere-Reis	begeben und 3 min. dünsten
1 dl	Weisswein	ablöschen und einreduzieren
5 dl	Gemüsebrühe	begeben und 25 min. sieden
	Salz Pfeffer	abschmecken
30 g	St. Galler Mohnöl	kurz vor dem Servieren begeben und untermischen



QUICK-INFOS

Rezept für:	
Zubereitung:	30 min.
Koch-/Backzeit:	30 min.

Tipps:

Die Ente kann auch mit einem Rindfilet ersetzt werden.

Venererisotto nicht unterschätzen, die Kochzeit ist 2mal so lange wie bei normalem Reis.

Kaltgepressten St. Galler Walnussöl ist eine gute Alternative zum Mohnöl.

Benötigte Produkte von St. Galler Öl für dieses Rezept:



Rezept und Bilder erstellt durch:

