



ENTENBRUST auf Apfel-Sauerkraut

Zutaten für 4 Portionen

2 grosse	Entenbrüstchen, je ca. 300 g
2 grosse	Zwiebeln
2 Zweige	Salbei
2	säuerliche Äpfel
1 TL	Bratbutter
400 g	gekochtes Sauerkraut
1 dl	Weisswein
2 dl	Apfelsaft
1 ½ dl	Rahm
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Die Zwiebeln schälen, vierteln und in feine Streifen schneiden. Die Äpfel schälen, das Kerngehäuse entfernen, und die Früchte in feine Scheiben schneiden. Die Salbeiblätter in sehr feine Streifen schneiden.

Den Ofen auf 80 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen

Das seitliche Fett von den Entenbrüsten entfernen und die Haut gitterartig einritzen. Das Fleisch salzen.

In einer Bratpfanne die Bratbutter schmelzen. Die Brüstchen mit der Haut nach unten in die Pfanne legen und in der aufsteigenden Hitze langsam anbraten; dabei kann das Fett aus der Haut austreten und die Brüstchen braten im eigenen Fett. Ist die Hitze genügend hoch, diese leicht reduzieren und die Brüstchen so lange auf der Hautseite braten, bis sie schön knusperig sind.

Dann die Brüstchen wenden und nur noch 1 Minute auf der Fleischseite braten. Auf der vorgewärmten Platte geben und im 80 Grad heissen Ofen je nach gewünschter Garstufe 35 - 45 Minuten nachgaren lassen.

Im ausgelassenen Fett die Salbei knusprig braten. Dann die Zwiebeln und die Äpfel beifügen und zugedeckt 5 Minuten dünsten. Das Sauerkraut, den Weisswein und den Apfelsaft beifügen und alles weiterhin zugedeckt 20 Minuten leise kochen lassen.

Zuletzt den Rahm beifügen und das Sauerkraut mit Salz und Pfeffer würzen. Nach Belieben einen Teil der Garflüssigkeit auf grossem Feuer einkochen lassen.

Zum Servieren das Apfel-Sauerkraut noch einmal gut heiss werden lassen und auf Tellern anrichten. Die Brüstchen schräg in dünne Tranchen schneiden und auf dem Sauerkraut anrichten.

Arbeitszeit ca. 1 ½ Stunden