

Ente mit Honig und Orangen

(4 - 6 Personen)

Den Backofen auf 165°C vorheizen. Nachdem die Ente ordentlich gewaschen und trocken abgetupft wurde, reibe die Ente innen mit Salz und Pfeffer ein. Beachte, die Verwendung von Meersalz oder geräuchertem Salz liefern auch besondere Geschmackserlebnisse. Fülle in die Ente die geschnitzelten Orangenstücken zusammen mit dem Rahmkäse und verschließe die Öffnung mit Rouladen-Nadeln. Vermische den Honig mit dem Orangensaft und streiche die Ente von außen mehrmals damit ein. Gebe nun die Ente für ca. 1 Stunde in den vorgeheizten Herd und bestreiche die Ente während des Garvorgangs mehrmals mit der Honig-Orangen-Sauce. Ist die Ente fertig und knusprig gebraten, hole sie aus dem Ofen und richte sie auf einer Servierplatte an. Die im Vorfeld geschnittenen Orangenscheiben nehme als Garnitur. Nun kannst Du servieren.

Man nehme:

1 Ente mittleren Kalibers (je nach Appetit, gern auch größer 😊)

Salz und Pfeffer nach Gusto

2 geschälte Saftorangen, bereits geschnitzelt

½ Pfund Rahmkäse

1 kleine Tasse Honig

½ Tasse Orangensaft

1 ungeschälte Orange in Scheiben geschnitten (bitte Bio Orangen, da unbehandelt)

Guten Appetit