

Geröstete Entenbrust **Mein Lieblingsgericht aus Langkawi - Indonesien**

Ergibt: 2 Portionen
Zubereitungszeit: Ca. 60 Min
Garzeit: 10-15 Min.
Passt gut zu: Wildreis

Zutaten:

500 g Entenbrust mit Haut
2 EL Honig
4 EL dunkle Sojasoße
1 El Orangensaft
1 rote Paprika
150 g Brokkoli
150 g Erbsen
Curry, Paprika, Szechuan-Pfeffer



Zubereitung:

Den Honig, die Sojasoße und den Orangensaft verrühren und in eine Schüssel geben. Die Entebrust, waschen, abtupfen, Hautseite mit einem scharfen Messer einschneiden. Entenbrust in die Schüssel mit der Marinade geben und mindestens 30 Min im Kühlschrank ziehen lassen. Backofen auf 180° vorheizen. Entenbrust der Marinade entnehmen und im heißen Öl auf der Hautseite 3-4 Minuten scharf anbraten, wenden und weitere 4-5 Minuten braten. Die Filets mit der Hautseite nach oben im Backofen etwa 10-15 Minuten fertig garen.

In der Zwischenzeit die Paprika in feine Streifen schneiden und mit dem geputzten Brokkoli in der Pfanne leicht anbraten, die Erbsen hinzugeben, die restliche Marinade mit einem Eßl. Stärkemehl anrühren und zu dem Gemüse geben. Alles zusammen kurz Aufkochen lassen, mit Curry, Paprika und dem Pfeffer abschmecken.

Die Entenbrust aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Auf einer angewärmten Platte mit dem Gemüse anrichten und servieren.