

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 16. September 2020** ▪  
**Motto „Französische Küche“ mit Johann Lafer**



**Selma Kort**

**Magret de canard à l'orange: Entenbrust mit Orangensauce, La Ratte und Feldsalat mit gratiniertem Ziegenkäse und warmen Birnen**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die La Ratte Kartoffeln:**

6 mittelgroße La Ratte Kartoffeln  
 2 EL Kräuter der Provence  
 Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 175 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.  
 Die Kartoffeln schälen, halbieren und mit kaltem Wasser abspülen.  
 Gesalzenes Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Kartoffeln darin garkochen.

Kurz vorm Servieren die Kartoffeln mit den Kräutern der Provence betreuen.

**Für die Entenbrust mit Orangensauce:**

2 Entenbrustfilets, à ca. 150 g  
 3 Orangen  
 1 Schalotte  
 5 cl Bitterorangenlikör  
 2 EL Honig  
 30 g Butter  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schale einer Orange abreiben und den Saft von 1,5 Orangen auspressen. Die übrige Hälfte in Scheiben schneiden. Die 3. Orange halbieren und aus einer Hälfte die Filets heraustrennen.  
 Wasser im Topf zum Kochen bringen und die Orangenscheiben 5 Minuten darin kochen. Danach 20 Minuten im Ofen auf mittlerer Schiene antrocknen lassen.  
 Die Entenbrustfilets waschen, trockentupfen und die Haut mehrfach diagonal einschneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen.  
 Butter in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin zuerst auf der Hautseite bei hoher Hitze scharf anbraten, wenden und auf der anderen Seite ebenfalls anbraten. Mit Bitterorangenlikör ablöschen.  
 Schalotte abziehen und fein hacken. Zusammen mit Orangensaft und dem -abrieb in die Pfanne geben. Den Honig dazugeben und die Ente auf der Fleisch- nicht Hautseite darin kurz ziehen lassen.  
 Entenbrustfilets aus der Sauce nehmen, in Alufolie einwickeln und für ca. 8 Minuten in den Ofen geben.  
 Die Orangen-Sauce weiter in der Pfanne bei hoher Temperatur einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die ausgelösten Orangenfilets kurz vorm Servieren kurz in der Sauce ziehen lassen.

**Für den Feldsalat mit Ziegenkäse und**

**Birnen:**

200 g Feldsalat

1 Ziegenkäserolle

1 Birne

4 Brombeeren

½ Zitrone

50 g Walnusskerne

2 TL Waldhonig

1 EL Olivenöl

Chilisalز, zum Würzen

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Salat waschen, trockenschleudern und ggf. verlesen.

Birnen waschen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in dünne Scheiben schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Birnenscheiben und Walnüsse darin leicht anrösten.

Ziegenkäse in dicke Scheiben schneiden und ebenfalls in der Pfanne anbraten.

Zitrone halbieren und etwas Saft auspressen. Zitronensaft, Honig und Olivenöl zu einer Vinaigrette verrühren und mit Chilisalز und Pfeffer abschmecken. Vinaigrette unter den Feldsalat heben.

Feldsalat mit den Birnen, Ziegenkäse, Nüssen und Brombeeren anrichten und mit etwas Vinaigrette beträufeln.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.