



Rezept der Woche

SCHNELLE PEKINGENTE

SENSATIONELL LECKER!

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

3 Entenbrust - Filets à 350 g, 1 EL Ingwer püriert (oder frisch gehackt), 3 EL Sojasauce, 2 TL Sesamöl, 2 TL brauner Zucker, 1 TL Zimt, 75 ml Mirin (chinesischer süßer Wein), 1 Salatgurke, 4 Frühlingszwiebeln, 1 Glas Hoisin Sauce, Honig, 1 – 2 Pakete Weizenfladen (Tortillas) klein

Die Haut der Entenbrüste mit einem scharfen Messer in gleichmäßig kleine Rauten oder Quadrate einschneiden (damit sich das Fleisch beim Braten nicht zusammenzieht).

Die Gurke schälen, entkernen und in feine 4-5 cm lange Streifen schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden. Gurke und Zwiebeln jeweils in eine Schale geben und bis zum Servieren kaltstellen.

Aus Ingwerpüree, Sojasauce, Sesamöl sowie Zucker und Zimt eine Marinade herstellen und auf einer leicht vertieften Schale verteilen. Die Fleischseite mit der Marinade bepinseln und dann mit der Fleischseite nach unten auf die restliche Marinade in die Schale legen und 45 Minuten marinieren lassen.

Die Entenbrust zubereiten: vorher den Ofen auf 220 Grad vorheizen, die Ente aber zunächst in der Pfanne in ausreichend heißem Öl bei mittlerer Hitze anbraten und dann vom Feuer nehmen. Dann mit der Hautseite nach oben in eine flache Form geben, die Haut mit etwas Honig bestreichen und im Ofen noch kurz mit Oberhitze bräunen, bis die Haut schön kross ist. Auf Warmhaltestufe gehen.

Während des Backens den Fond in der Pfanne noch einmal auf Hitze stellen und mit dem Mirin ablöschen, die Hoisin Sauce und ggf. übriggebliebene Marinade untermischen und die Soße in eine Schale geben.

Das Entenfleisch quer (Hautseite nach oben) in feine Scheiben schneiden und auf einer heißen Platte servieren.

Dazu Gurken, Zwiebeln und Sauce in Schalen daneben - die Pfannkuchen in der warmen Schale.

Die Pfannkuchen werden bei Tisch gerollt: Auf dem Pfannkuchen verteilt man erst 1-2 EL Soße, dann Gurken, dann das Fleisch und on top die Zwiebelchen. Den Pfannkuchen rollen und verspeisen.

Guten Appetit!