



## ENTENBRUST MIT GRANATAPFEL: EIN FEST FÜR DIE SINNE

Ihr Jörg Steinhardt-Kranefeld

---

### Der Genussteller:

### Entenbrust mit Granatapfelsoße und weihnachtlichem Feldsalat

Eine kulinarische Komposition, die die Eleganz der französischen Küche mit der festlichen Aromenvielfalt der Weihnachtszeit vereint. Zarte, saftige Entenbrust, umhüllt von einer fruchtig-herben Granatapfelsoße, trifft auf einen knackigen Feldsalat mit karamellisierten Walnüssen und würzigem Speck. Ein Gericht, das nicht nur den Gaumen verzaubert, sondern auch das Herz erwärmt.

#### [Einkaufs-Liste \(für 4 Personen\)](#)

### Hauptgericht:

- 4 Barbarie-Entenbrüste, je ca. 300 gr.
- etwas frischer Rosmarin
- etwas frischer Thymian
- Meersalzflocken
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 250 ml Granatapfelsaft
- 300 ml Geflügelfond

### Weihnachtlicher Salat:

- 2 Pck. Feldsalat
- 1 Granatapfel

- 150 gr. Walnüsse
- 1 Pck. magerer Frühstücksspeck in Scheiben (ca. 12 Scheiben)
- 1 EL Wildhonig
- 1 EL mittelscharfer Senf
- 4 EL BIO-Olivenöl (z.B. Kalista-Olivenöl)
- 2 EL Himbeeressig
- 50 cl Creme de Cassis (Johannisbeerlikör)
- etwas Zucker
- Salz und Pfeffer

### **Zubereitung des Hauptgerichts**

#### **Vorbereitung:**

1. Schneide das überstehende Fett an den Entenbrustfilets ab und entferne die Sehnen auf der Fleischseite mit einem scharfen Filetiermesser.
2. Lege die Entenbrustfilets mit der Hautseite nach oben auf ein sauberes Schneidebrett.
3. Schneide nun mit dem Filetiermesser längliche Kerben über Kreuz in die Haut. Es ist wichtig, nicht in das Fleisch einzuschneiden.
4. Die Entenbrustfilets jetzt von beiden Seiten kräftig mit Meersalzflocken und frischem schwarzen Pfeffer einreiben.

#### **Entenbrustfilets braten:**

1. Vorab den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.
2. Die Entenbrustfilets mit der Hautseite nach unten in eine kalte Pfanne legen und bei mittlerer Temperatur erhitzen.
3. Wenn ein kräftiges Bratgeräusch hörbar wird, die Filets für etwa 7 - 10 Minuten weiterbraten, bis die Haut gleichmäßig knusprig und braun wird.
4. Nun die Entenbrustfilets auf ein Backblech mit der knusprigen Hautseite nach oben legen und in den vorgeheizten Backofen schieben.
5. Die Filets im vorgeheizten Backofen ziehen lassen, bis sie eine Kerntemperatur von etwa 58 Grad erreicht haben.
6. Die Filets aus dem Ofen nehmen und ca. 2 Minuten ruhen lassen.
7. Dann die Entenbrustfilets in Scheiben schneiden.

#### **Für die Soße:**

1. Die Schalotten fein würfeln und in einem Topf mit etwas Olivenöl bei mittlerer Hitze andünsten.

2. Mit Granatapfelsaft und Geflügelfond ablöschen und das Ganze etwas reduzieren lassen.
3. Dann den Fond mit etwas Stärke abbinden und zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Den Granatapfel halbieren und die Kerne aus einer Hälfte herausklopfen und zur Soße geben.
5. Die in kleine Scheiben geschnittenen Entenbrustfilets zusammen mit der Granatapfelsoße auf einem Teller anrichten und mit Thymianblättchen nach Belieben garnieren.

#### **Zubereitung des Weihnachtlichen Salats**

1. Den Frühstücksspeck ohne Fett in einer Pfanne cross anbraten und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
2. Die Walnüsse mit dem Zucker in der Pfanne karamellisieren lassen.
3. Aus Honig, Senf, Olivenöl, Himbeeressig und dem Creme de Cassis, zusammen mit Salz und Pfeffer, ein Dressing anrühren.
4. Die Kerne aus der Granatapfelhälfte herausklopfen.
5. Den Feldsalat waschen, putzen und auf Salattellern anrichten.
6. Granatapfelkerne und Dressing über dem Feldsalat verteilen und miteinander mischen.
7. Zum Schluss den Speck und die Walnüsse ansprechend auf dem Salat verteilen.

#### **Weinempfehlung**

Grundsätzlich passt zur Entenbrust immer ein Früh- oder Spätburgunder. Aber auch ein trockener frischer Riesling oder ein Grauburgunder harmonieren gut mit dem Gericht.

#### **Meine Favoriten:**

- Weingut Katrin Wind, 2024 (Nackter) Riesling trocken
- Weingut Katrin Wind, 2022 Frühburgunder (\*Geheimtipp)
- Weingut Bernd Russbach, 2024 Eppelsheimer Grauer Burgunder
- Weingut Bernd Russbach, 2019 Eppelsheimer Felsen, Spätburgunder