


WEIHNACHTLICH GEFÜLLTE ENTE IN DER SALZKRUSTE MIT WOKGEMÜSE

4 PERSONEN

Metallspiess
 Wok


ZUTATEN

 1 Ente, gross ca. 3 kg, küchenfertig
 Fleur de Sel

FÜLLUNG

4 Boskop-Äpfel, geschält, entkernt, gewürfelt
 2 Zwiebeln, geschält, fein gewürfelt
 200 g Lebkuchen, fein gewürfelt
 100 g Pinienkerne, geröstet
 Bratbutter

SALZKRUSTE

 4 kg Meersalz, grob
 6 Eiweiss, leicht aufgeschlagen

WOKGEMÜSE

1 Peperoni gelb, gewaschen, entkernt, in Streifen geschnitten
 1 Peperoni rot, gewaschen, entkernt, in Streifen geschnitten
 3 Frühlingszwiebeln, gewaschen, in Scheiben geschnitten
 2 Knoblauchzehen, geschält, fein gehackt
 200 g Kefen, gewaschen, in Streifen geschnitten
 200 g Mini-Maiskolben, gewaschen, halbiert
 1 Chinakohl, gewaschen, in Streifen geschnitten
 200 g Sojasprossen, gewaschen, gut abgetropft
 2 Chilischoten rot, gewaschen, entkernt, fein gehackt
 1 Bund Koriander, gezupft, grob gehackt
 1 *Limone, Abrieb und Saft
 *Sojasauce
 *Austernsauce
 *Sesamöl
 *Sweet-Chili-Sauce
 *Fleur de Sel
 *Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
 Rapsöl, zum Anbraten

ZUBEREITUNG

FÜLLUNG

In der heissen Bratbutter die Zwiebeln karamellisieren, die Äpfel hinzugeben und 10 Minuten braten. Den Lebkuchen und die Pinienkerne unterheben und in die Ente füllen. Die Öffnung mit einem Metallspiess verschliessen.

ENTE

Die Haut der gefüllten Ente ringsum einstechen und mit Fleur de Sel gut einreiben.

Rezept von La Tavola



SALZKRUSTE

Ein Backblech gut mit Backpapier auslegen, das Salz mit dem Eiweiss mischen, ein Drittel der Salzmasse in der Grösse der Ente auf dem Blech verteilen. Die Ente auf das Salz legen, mit dem restlichen Salz abdecken und 60 Minuten im Backofen garen, bis das Salz leicht gebräunt ist. Aus dem Ofen nehmen und 20 Minuten ruhen lassen. Die Salzkruste öffnen, die Ente herausnehmen und mit einem Pinsel das restliche Salz entfernen. Auf einem Tranchierbrett mit einem spitzen, scharfen Messer zuerst beide Schenkel und dann die Flügel abtrennen. Beidseitig die Brust herausschneiden und in Tranchen schneiden. Die Füllung mit einem Esslöffel herausnehmen und separat servieren.

WOKGEMÜSE

Den Wok mit Rapsöl erhitzen und das Gemüse den Zutaten folgend kurz anbraten. Zum Schluss die Sojasprossen, Chilischoten und den Koriander hinzugeben, mit den *Zutaten abschmecken.

ANRICHTEN

Das Wokgemüse portionenweise auf vorgewärmten Tellern mit dem Entenfleisch anrichten.