

Ente aus dem Backofen mit Apfelrotkraut

Man nehme so man hat

(für 8 Personen):

- 2 Enten à 2,2 kg
- Salz Pfeffer Paprika Curry
- 1 mittlere Karotte grob gewürfelt 1,5 x 1,5 cm
- 2 mittlere Zwiebeln grob gewürfelt
- 1 El Tomatenmark
- ¾ l Wasser
- etwas Rosmarin

Die Enten

Die Enten zum Braten vorbereiten. Den Bürzel und das erste Flügelement sowie das Fett an den Keuleninnenseiten entfernen.

Die Enten innen und außen abwaschen und mit Küchenkrepp abtrocknen.

Nun mit einer Gewürzsalmischung aus: 2 El Salz, ½ Tl Pfeffer, ½ Tl Paprika und ½ Tl Curry innen und außen bestreuen.

Natürlich nicht die ganze Gewürzmischung verwenden.

Die Soße

Mit etwas Entenfett die Flügelspitzen anbraten und die Karotten-, Zwiebelwürfel und Tomatenmark anrösten. Später wird mit dem Bratfond der Enten aufgefüllt. Die Enten mit ¾ l Wasser bei 180–200°C Umluft in einem tiefen Backblech ca. 1,5–2 h braten. Mehrmals vorsichtig wenden, die Haut könnte am Blech ankleben.

Sind die Enten gar, den jetzt sehr kräftigen Fond in den Topf mit dem gerösteten Gemüse abgießen.

Den Fond entfetten, mit Rosmarin verfeinern und mit Wasser „auf Trinkstärke verdünnen“. Aufkochen und mit etwas Soßenbinder andicken.

Die Flügelspitzen entfernen; das Gemüse kann in der Soße verbleiben.

Die Enten noch ca. 15 min. „trocken“ nachbraten, bis die Haut knusprig ist.

Das Rotkraut

- ¾ l Wasser
- ½ Zimtstange
- 1 großes Lorbeerblatt
- Eine Löffelspitze geschroteter Pfeffer
- 3–4 ganze Gewürznelken
- 5 Wacholderbeeren
- 1,5 kg geschnittenes Rotkraut dafür braucht man einen Kopf von knapp 2 kg
- 300 g geschnittene Zwiebeln
- 300 g geschälte und entkernte Apfelspalten
- 60 g Schmalz oder Buttaris
- ca. 30 g Salz
- ca. 70 g Zucker
- 60 g Reis
- 1/8 Rotwein
- 1/8 Apfelsaft
- etwas Apfelessig

Das Wasser zum Kochen bringen und mit den Gewürzen eine Reduktion herstellen. Die Flüssigkeit auf ca. 0,6 l einkochen. Das Rotkraut von hässlichen Deckblättern befreien und sechsteln. Den Strunk entfernen und den Kopf quer zur Wuchsrichtung in feine Streifen schneiden. Zwiebeln und Apfelspalten im Schmalz glasig dünsten. Nun das Rotkraut zugeben, wenden und mit Salz und Zucker würzen. Den Reis zugeben und die Reduktion durch ein Sieb dazu gießen. Mit Deckel auf kleiner Flamme köcheln lassen und immer wieder rühren. Der Reis bindet die Flüssigkeit im Kraut, verkocht komplett und ist ein glutenfreies Bindemittel. Nach einer knappen Stunde ist das Kraut weich und wird mit Apfelsaft, Rotwein und etwas Apfelessig abgerundet. Die Enten mit der Geflügelschere vierteln und mit dem Apfelrotkraut servieren. Dazu passen prima Brezelknödel oder Kartoffelklöße.

Guten Appetit.
Hajo Haug



Hajo kocht

exklusiv fürs jUHU



**SCHÖNE
AUSSICHT
LUTZENBERG**

