

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 12. März 2020** ▪  
**Hauptgang & Dessert mit Johann Lafer**



Markus Döring

**Barbarie-Entenbrust mit Orangen-Rotwein-Sauce,  
 Süßkartoffelstampf und Wildkräutersalat**

Zutaten für zwei Personen

**Für die Barbarie-Entenbrust:**  
 2 Entenbrüste, mit Haut  
 1 Knolle Knoblauch  
 2 Zweige Thymian  
 Fleur de Sel, zum Würzen  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.  
 Die Haut der Entenbrust rautenförmig einschneiden. Beide Seiten mit Pfeffer und Salz würzen. Die Entenbrust mit der Hautseite in eine kalte Pfanne ohne Öl legen. Den Knoblauch halbieren und eine Hälfte mit der Schnittfläche nach unten dazugeben. Thymian abbrausen, trockenwedeln und dazugeben und die Entenbrust scharf anbraten. Die Entenbrust wenden sobald die Haut knusprig ist und eine Minute bei ausgeschaltetem Herd ziehen lassen. Mit der Hautseite nach oben die Ente in den Ofen geben und bis zu einer Kerntemperatur von 63 Grad garen. Mit Fleur de Sel würzen.

**Für den Wildkräutersalat:**  
 300 g Wildkräutersalat  
 1 TL scharfer Senf  
 1 TL Honig  
 1 EL Himbeeressig  
 2 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Öl, Himbeeressig, Senf und Honig vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Dressing zum Salat geben.

**Für den Süßkartoffelstampf:**  
 300 g Süßkartoffeln  
 200 g mehligkochende Kartoffeln  
 100 ml Milch  
 2 EL Butter  
 1 Muskatnuss  
 Salz, aus der Mühle  
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln und Süßkartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. In Salzwasser weichkochen. Wasser abgießen und die Kartoffeln mit Milch und Butter stampfen. Mit Salz, weißem Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

**Für die Orangen-Rotwein-Sauce:**  
 4 Orangen  
 250 ml Rotwein  
 3 Zweige Thymian  
 30 g Butter  
 4 EL brauner Zucker  
 2 TL Speisestärke

Orangensaft auspressen und bis auf einen kleinen Rest mit Rotwein und Zucker aufkochen. Thymian hinzufügen, um ein Drittel einkochen und den Zweig entfernen. Speisestärke mit übrigem Orangensaft verrühren und die eingekochte Sauce damit binden. Butter unterheben.

**Für die Garnitur:**  
 Frühlingszwiebeln, zum Garnieren

Frühlingszwiebeln putzen, fein schneiden und über das Gericht geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.