

REZEPT VON CHANTAL

Sendung vom 13.12.2014

Rucolasalat mit Parmesansplitter und Cherrytomaten

* * *

Rosa gebratene Entenbrust an einer reinen Zwetschgen-Sauce mit Safran-Risotto und knackigen Zucchini

* * *

Panna cotta mit Heidelbeeren und Rahm

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





VORSPEISE: RUCOLA MIT PARMESANSPLITTER UND CHERRYTOMATEN

5 Pk. Rucolasalat
625 g Cherrytomaten
250 g Gran Padano
Aceto Balsamico Creme

Salat waschen, unschöne Stiele und Blätter entfernen, Cherrytomaten halbieren oder vierteln, Parmesan darüber hobeln. Aceto Balsamico darüber geben und mit einer Salatsauce nach Wahl separat servieren.



HAUPTGANG: ROSA GEBRATENE ENTENBRUST AN EINER REINEN ZWETSCHGENSAUCE, SAFRANRISOTTO UND KNACKIGE ZUCCHETTI

Entenbrust an einer reinen Zwetschgensauce

4 Entenbrustfilets
400 g Zwetschgen
1 rote Zwiebel
125 ml trockener Rotwein
1 TL Zucker
etwas Rotweinessig
Salz und Pfeffer
Thymian

Zwiebeln würfeln, Zwetschgen waschen und in Spalten schneiden.

Die Haut der Entenbrust rautenförmig einschneiden und auf beiden Seiten mit Thymian würzen. Mit der Haut nach unten anbraten. Nach etwa 8 Minuten wenden und für weitere 7 Minuten braten. Die Entenbrustfilets bei 80°C im Backofen während 20 Minuten garen.

Das Bratfett bis auf eine kleine Menge abgiessen. Die Zwiebelwürfel und Zwetschgenspalten unter rühren einige Minuten im verbliebenen Fett andünsten. Mit dem Rotwein ablöschen und mit Zucker, Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sauce etwas einkochen, wenn nötig mit kalter Butter binden. Die Entenbrustfilets kurz unter den Grill, damit die Haut schön knusprig ist. Die Zwetschensauce als Spiegel auf die Teller geben, die Entenbrustfilets schräg in Scheiben schneiden und auf die Zwetschgensauce legen.



Risotto

300 g Risottoreis
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL Öl
100 ml Weisswein
500 ml Hühnerbouillon
1 Pk. Safranfäden
4 EL Halbrahm
100 g geriebener Sbrinz

Die Zwiebel fein hacken, den Knoblauch durchpressen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelwürfelchen und den durchgepressten Knoblauch kurz darin andünsten. Nun den Risottoreis zugeben und kurz glasig dünsten – mit Weisswein ablöschen.

Die Hühnerbouillon und die Safranfäden zugeben, gut umrühren und zudecken. Aufkochen lassen und auf kleinster Stufe für ca. 20 Minuten köcheln lassen. Den Halbrahm und den geriebenen Sbrinz unterheben und evtl. nachwürzen. Das Risotto sollte beim Servieren noch leicht flüssig sein.

Zucchetti

500 g Zucchetti
Öl
Salz & Pfeffer
Petersilie

Zucchetti waschen und schneiden. Im Öl anbräunen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum Schluss die Petersilie dazugeben



DESSERT: PANNA COTTA MIT HEIDELBEEREN UND RAHM

Panna cotta: Für 6 Gläser von je 2 dl Inhalt

5 dl Rahm
3 EL Zucker
1 Vanillestängel, längs aufgeschnitten
1 EL Beerenlikör oder Kirsch, nach Belieben
2 Blatt Gelatine, in kaltem Wasser eingeweicht

Rahm, Zucker und Vanillestängel aufkochen, während 10-12 Minuten auf ca. 4 dl einkochen. Rahm durch ein Sieb giessen. Nach Belieben Likör beifügen. Gut ausgedrückte Gelatine unter Rühren darin auflösen. Die Masse schräg in die Gläser füllen. Gläser schräg auf ein Hölzchen stellen. 3-4 Stunden kühl stellen und fest werden lassen.

Beeren

1 dl Wasser
1 Limette
3-4 EL Zucker
175 g Heidelbeeren
Pfefferminze zum Garnieren

Die Schale der Limette abreiben und 1 Teelöffel Saft auspressen.

Wasser, Limettenschale und -saft sowie Zucker aufkochen. Die Beeren beifügen und umrühren. Gut auskühlen lassen. Kurz vor dem Servieren die Beeren samt Flüssigkeit in die Gläser mit der Panna cotta füllen und mit Pfefferminze garnieren.