

Ente Á l'orange

Den Ofen auf 150° C vorheizen.

3 Schalotten
1 Möhre
1 Lorbeerblatt
1 Rosmarinzweig

Schalotten schälen und grob zerkleinern. Möhre putzen, schälen, ebenfalls grob zerkleinern und mit den Schalotten, Lorbeerblatt und Rosmarinzweig in die Fettpfanne des Ofens geben.

1 Ente, küchenfertig,
ca. 1,5-1,8 kg
Salz, Pfeffer
2 EL Olivenöl
200 ml Orangensaft
150 ml dunklen Geflügelfond

Die Ente innen und außen waschen, gut trockentupfen und mit Salz und Pfeffer einreiben. Die Ente in einem Bräter in dem Olivenöl von allen Seiten goldbraun anbraten. Dann auf das Gemüse setzen und Orangensaft und Geflügelfond angießen. Die Ente im Ofen auf der mittleren Schiene ca. 2 Stunden garen, dabei alle 20 Minuten mit dem Bratfond begießen. Die gegarte Ente im Ofen bei 100° C warm halten und den Bratenfond in eine kleine Schüssel gießen.

80 g Zucker
200 ml Orangensaft
3 EL Balsamico bianco
Salz, Pfeffer

Den Zucker bei mittlerer Hitze in einer Pfanne karamellisieren lassen. Mit Orangensaft und dem Bratenfond ablöschen, Balsamico bianco zufügen und die Sauce offen ca. 30 Minuten auf die Hälfte einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

1 EL Speisestärke

Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren und die Sauce damit binden.

1 Orange (unbehandelt)

Die Orange heiß abwaschen, abtrocknen und die Schale mit einem Zestenreißer (siehe Johann Lafer Shop, „Küchengeräte“ – Untergruppe „Pressen, Reiben, Former“ bei „Zitronenreibe“) in schmalen Streifen abziehen.

1 Orange

Die Orange sowie eine weitere Orange sorgfältig schälen und die Filets aus den Trennhäuten schneiden.