

# Rosa gebratene Entenbrust mit Rauchsalz, Alblinsen-Salat und Sommerwiesen-Kräutern

---

 [happy-mahlzeit.com/2021/08/04/rosa-gebratene-entenbrust-mit-rauchsalz-alblinsen-salat-und-sommerwiesen-kräutern](https://happy-mahlzeit.com/2021/08/04/rosa-gebratene-entenbrust-mit-rauchsalz-alblinsen-salat-und-sommerwiesen-kräutern)

## Zutaten für 2 Personen:

- 2 weibliche Barbarie-Entenbrüste à ca. 200 g
- Rapsöl
- Rauchsalz
- Schwarzer Pfeffer

## Für Salat:

- 75 g Alblinsen
- 1 Ei, davon das Eiweiß
- 45 ml Rapsöl
- 8 ml Apfelsaft
- 8 ml heller Balsamico-Essig
- 2 TL flüssiger Blütenhonig
- 1TL Dijon-Senf
- 10 g Schnittlauch
- 10 g glatte Petersilie
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Außerdem:

70 g gemischte Sommerwiesen-Kräuter

## Zubereitung:

Den Backofen auf 80°C Umluft vorheizen.

Die Entenbrust parieren, kalt abbrausen und trocken tupfen. Die Hautseite der Entenbrust vorsichtig rautenförmig einritzen. Öl in einer Pfanne Öl erhitzen und die Entenbrust auf der Hautseite knusprig anbraten. Fleisch kurz wenden, dann im vorgeheizten Ofen garen, bis eine Kerntemperatur von 56°C erreicht ist. Anschließend ruhen lassen. Vor dem Servieren tranchieren, pfeffern und mit Rauchsalz bestreuen.

Für den Alblinsen-Salat und die Sommerwiesen-Kräuter eine Vinaigrette herstellen. Das Ei trennen, Eigelb beiseite stellen. Eiweiß, Balsamico, Apfelsaft, Honig, Senf, Salz und Pfeffer mit einem Stabmixer pürieren, Rapsöl nach und nach zugießen.

Die Alblinsen mit Wasser zum Kochen bringen und bissfest garen. Schnittlauch und Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter der Petersilie abzupfen. Schnittlauch und Petersilie klein hacken und in eine Schüssel geben. Die Alblinsen nach Ende der Garzeit abgießen, mit kaltem Wasser abspülen und in der Schüssel mit Kräutern und 3/4 der Vinaigrette vermengen.

Alle Sommerwiesen-Kräuter abbrausen, trockenwedeln und zupfen. Mit der restlichen Vinaigrette marinieren.

Den Alblinsen-Salat mithilfe eines Servierrings anrichten, Entenbrust-Tranchen fächerförmig darum arrangieren, mit Sommerwiesen-Kräutern garnieren und servieren.

Rezept: Nelson Müller

Quelle: Die Küchenschlacht vom 29. Juli 2016

Episode: Finale / Vorspeise