



ENTENBRUST MIT LEBKUCHENGEWÜRZ TRAUBEN-MARONI-SOSSE UND KÜRBISTÜRMCHEN



FÜR 6 PERSONEN

FÜR DIE ENTENBRUST

3 Entenbrüste à je ca. 380 g
5 EL Granatapfelmelasse (im orientalischen Lebensmittelladen erhältlich)
3 TL Lebkuchengewürz
schwarzer Pfeffer und Koriandersamen aus der Mühle
Salz

FÜR DIE KÜRBISTÜRMCHEN

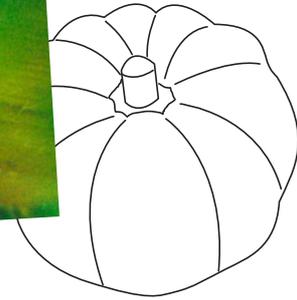
1 kleiner orangefarbener Kürbis à ca. 700 g
5 EL Olivenöl
1 EL Honig
1 EL gemahlener Kreuzkümmel
2 TL Sesamsamen
¼ TL Sumach (im orientalischen Lebensmittelladen erhältlich)
½ TL frische Thymianblättchen
Schalenabrieb einer Bio-Zitrone
ca. ½ TL Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

AUSSERDEM

1 6er-Muffinform
1 EL Berberitzen, einige Chiliflocken, Sesamsamen und Thymianblättchen zur Dekoration

FÜR DIE TRAUBEN-MARONI-SOSSE

1 EL Olivenöl
1 fein gehackte Schalotte
150 ml Gemüsebrühe
125 g gegarte, vakuumierte Maroni
1 – 2 EL Granatapfelmelasse
1 Döschen Safranfäden (0,1 g)
1 EL Butter
125 g kernlose grüne Trauben
Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle



ZUBEREITUNG

1. Den Backofen auf 180 °C CircoTherm®-Heißluft vorheizen. Die Fettseite der Entenbrüste kreuzweise einschneiden. Melasse mit Lebkuchengewürz verrühren. Einen Grillrost auf ein Backblech setzen und die Entenbrüste mit der Fettseite nach oben auf den Rost legen. Die Fettseite mit der Melasse bestreichen. Mit Pfeffer und Koriandersamen würzen und kalt stellen.

2. Die Mulden einer 6er-Muffinform mit 1 EL Olivenöl ausstreichen. Den Kürbis vierteln, entkernen und schälen. Das Fruchtfleisch (es sollten ca. 400 g sein) mit einem Gurkenhobel in feine Scheiben schneiden. Die Kürbisscheiben in eine Schüssel geben und mit den übrigen Zutaten mischen. Mit schwarzem Pfeffer würzen. Die Masse in die Mulden der Muffinform einfüllen.

3. Auf Einschubhöhe 1 die Kürbistürmchen auf einen Rost setzen. Das Backblech mit den Entenbrüsten auf Einschubhöhe 3 einschieben. Alles zusammen 20 Min. mit hoher Dampfintensität garen.

4. In der Zwischenzeit die fein gehackte Schalotte in einem Topf mit Olivenöl andünsten. Mit Gemüsebrühe ablöschen und 5 Min. köcheln lassen. Die Maroni dazugeben. Granatapfelmelasse, Safran,

Butter und die halbierten Trauben hinzufügen. Die Soße kurz aufkochen lassen. Mit Salz und etwas Pfeffer abschmecken.

5. Die Dampfzugabe ausschalten und den großen Grill auf 250 °C einstellen. Die Entenbrustfilets ca. 4 Min. gratinieren lassen, bis die Haut kross ist. Die Entenbrüste salzen und kurz ruhen lassen. Dann in Scheiben schneiden.

6. Die Kürbistürmchen aus den Förmchen stürzen und auf vorgewärmte Teller setzen und mit Berberitzen, Sesamsamen und Chiliflocken garnieren. Die Entenbrustscheiben mit der Soße dazu servieren.