

**Philipp Stein**  
**Karamellierte Entenbrust mit Spitzkohlwickel**

**Dienstag, 13. November 2018**  
**Zutaten für 4 Personen**

**Dauer: ca. 1,5 Stunden**  
**Schwierigkeitsgrad: mittel**  
**Feine Küche**

**Zutaten:**

Für die Spitzkohlwickel:

1 kg	Spitzkohl (etwa 1 mittelgroßer Kopf)
etwas	Salz
1	Schalotte
60 g	Butter
40 g	Speckwürfel
1 EL	Petersilie (fein geschnitten)
etwas	weißer Pfeffer
etwas	Zucker
etwas	Muskatnuss

Für die Ente:

4	Entenbrüste (möglichst von weiblichen Enten)
etwas	Salz
etwas	weißer Pfeffer aus der Mühle
etwas	Pflanzenöl
10	Korianderkörner
2	Gewürznelken
2	Wacholderbeeren
3	Zimtblüten
4 EL	Akazienhonig

Für die Pilze:

200 g	Champignons
1	Knoblauchzehe
1 EL	Butter
1 Zweig	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
etwas	Salz
etwas	weißer Pfeffer

außerdem:

etwas	dunkle Geflügelsauce (aus dem Glas)
-------	-------------------------------------

Zubereitung:

1. Spitzkohl putzen, die äußeren schönen Blätter lösen, dicke Blattansätze entfernen. Blätter in reichlich kochendem Salzwasser blanchieren, dann in Eiswasser abschrecken.

2. Die grünen Blätter gut abtropfen lassen und auf einem großen Stück Frischhaltefolie glatt, leicht überlappend ausbreiten, sodass eine Art „Matte“ entsteht. Die restlichen Blätter in feine Streifen schneiden.
3. Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen. Speck und Schalottenwürfel darin andünsten. Die Spitzkohlstreifen kurz einschwenken. Mit Petersilie, Salz, Pfeffer, Zucker und Muskat würzen.
4. Spitzkohlstreifen auf der Spitzkohlmatte verteilen (evtl. übrigen Spitzkohl anderweitig verwenden).
5. Füllung mithilfe der Folie fest in die Kohlblätter einwickeln. Rolle fest mit Frischhaltefolie umwickeln und kalt stellen.
6. Fleisch kalt abspülen, gründlich trocken tupfen. Die Haut der Entenbrust mit einem sehr scharfen Messer kreuzweise einritzen, damit das Fett besser ausbrät.
7. Entenbrüste von beiden Seiten salzen. Fleischseiten zusätzlich mit Pfeffer würzen.
8. Etwas Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Entenbrüste mit der Haut einlegen und bei maximal mittlerer Hitze braten, bis die Haut schön knusprig ist. Das Fleisch dann wenden und für weitere ca. 2 Minuten auf der Fleischseite fertig braten.
9. In der Zwischenzeit die Gewürze in einer Pfanne leicht anrösten und danach in einem Mörser zerkleinern.
10. Gewürze und Honig wieder in die Pfanne geben und kurz erhitzen.
11. Grillfunktion oder Oberhitze des Backofens einschalten.
12. Sobald die Entenbrust rosa gegart ist, mit den Hautseiten nach oben in eine Auflaufform setzen. Mit dem Gewürzhonig bestreichen. Im heißen Ofen sacht karamellisieren.
13. Spitzkohlrolle auswickeln und in Stücke schneiden. In einem Dämpftopf oder asiatischem Bambusdämpfer über kochendem Wasser zugedeckt erhitzen (alternativ in wenig Butter in einer Pfanne warm schwenken).
14. Geflügeljus in einen kleinen Topf geben und erhitzen.
15. Die Pilze putzen, eventuell anhängenden Sand mit einem Küchenpapier abreiben. Pilze je nach Größe klein schneiden. Knoblauch schälen, fein schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch darin andünsten.
16. Pilze, Thymian und Rosmarin zugeben und alles anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
17. Entenbrust aufschneiden, mit Pilzen und Spitzkohlwickeln anrichten. Geflügeljus überträufeln und sofort servieren.

Pro Portion: 760 kcal / 3290 kJ

21 g Kohlenhydrate; 42 g Eiweiß; 56 g Fett