

# Weihnachtsmenü Roulade von der Entenbrust

**Ente oder Gans? Über diese Frage stolpert man bereits zu Beginn der weihnachtlichen Essensplanung. Kochexperte Jörg Ilzhöfer hat sich für Ente entschieden und zwar mal ganz anders: Nicht als Keule, sondern als Roulade aus der Brust.**

Schwierigkeitsgrad: mittel

Dauer: zwei gute Stunden

Koch/Köchin: Jörg Ilzhöfer

## Zutaten

*für 4 Personen*

4 Entenbrüste  
 3 Zwiebeln (gewürfelt)  
 100 g Speckscheiben  
 4 getrocknete Aprikosen (in Streifen geschnitten)  
 1 Karotten (gewürfelt)  
 ½ Sellerie (gewürfelt)  
 1 Lauch (in Streifen geschnitten)  
 0,5 l Portwein (rot)  
 0,5 l Rotwein  
 0,5 l Brühe  
 1 EL Tomatenmark  
 Butterschmalz  
 1 EL Puderzucker  
 2 Lorbeerblätter  
 2 Nelken  
 1 Rosmarinzweig  
 1 Thymianzweig  
 Zitronenschale einer halben Zitrone  
 Salz, Pfeffer  
 10 g Zartbitterschokolade (Kakaoanteil 70%)  
 Petersilie (gehackt)

## Zubereitung

Die Entenbrüste vom Fettdeckel befreien. Der Fettdeckel wird am besten mit einem scharfen Messer abgezogen. Die Fetthaut kann dann in den Soßenansatz als Geschmacksverstärker hinzugeben werden.

Die Brüste der Länge nach mit einem scharfen Messer halbieren, die Hälften zwischen zwei Folien mit einem Topf oder einem Plattierer flachklopfen.

In der Zwischenzeit ein Drittel der Zwiebelwürfel in etwas Butterschmalz, in einer Pfanne goldig-glasig anschwitzen.

Die plattierten Brüste auf der Oberseite salzen und pfeffern. Je zwei Speckscheiben darauflegen und etwas von den angeschwitzten Zwiebeln darauf verteilen. Die Aprikosenstreifen auf dem ersten Drittel der Rouladen verteilen. Das Fleisch nun von der schmalen Seite über die Aprikosen hinweg stramm zusammenrollen. Mit Küchengarn binden.

Die Rouladen nun leicht salzen und in heißem Butterschmalz scharf von allen Seiten anbraten. In einem zweiten Topf etwa ein Esslöffel Puderzucker karamellisieren. Die restlichen Zwiebeln, Karotten und den Sellerie dazugeben und leicht "angehen" lassen.

Nun den Lauch und zwei Minuten später, das Tomatenmark zugeben, ebenfalls mit "angehen" lassen.

Mit Portwein und Rotwein ablöschen, aufkochen lassen. Mit 250 Milliliter Brühe aufgießen.

Die Rouladen und den Bratenansatz zugeben. Nun Thymian, Rosmarin, Lorbeer, Nelken und Wacholder begeben. Zum Schluss eine halbe Zitrone abreiben oder das Gelbe der Schale in Streifen zur Soße geben.

Dies nun schön schmoren lassen und vielleicht immer wieder mit etwas Wein oder Brühe auffüllen.

Die Rouladen sind fertig, wenn Sie mit einer feinen Fleischgabel gestochen, leicht und selbstständig wieder "von der Gabel rutschen".

Dann die Rouladen entnehmen und auf die Seite stellen. Nun bis auf die Hälfte reduzieren, absieben und in einem separaten Topf nochmals aufstellen. Aufkochen lassen, frisch und fein gehackte Kräuter sowie nochmal etwas feine Zitronenschale zufügen.

Ein raffinierter Soßen-Tipp:

Fügen Sie jetzt für den besonderen Glanz der Soße, Zartbitterschokolade hinzu und geben Sie die Rouladen wieder zurück.

Nun erst mit Salz und Pfeffer würzen und für knapp 15 Minuten leicht simmernd ziehen lassen. Dann mit den sehr fein gehackten Kräutern und etwas Zitronenabrieb verfeinern. Sie können natürlich auch getrocknete Pflaumen, oder ein anderes Dörrobst Ihrer Wahl als Füllung verwenden.

Dazu passen Knödel, Serviettenknödel, aber auch ein Graupenrisotto, mit Graupen von der Alb. Als weitere Beilage bietet sich Gemüse wie Wirsing oder ein frischer Feldsalat an. Bei den Beilagen sind Ihrer Fantasie keine Grenzen gesetzt!

SWR4 Baden-Württemberg | Jörg Ilzhöfer | 09.12.2020