



## R e z e p t

Aus dem Weihnachtsmenü 2023

### Entenragout à l'Orange mit afghanischem Palau

#### Zutaten für 4 Personen

- 4 Entenkeulen

#### ... für die Sauce

- 1 große Möhre
- 1 Zwiebel
- 50 g Sellerie
- 300 ml Rotwein
- 2 Bio-Orangen
- 50 g Butter
- Butterschmalz, Salz; Pfeffer

#### ... für den Palau

- 200 g Basmati-Reis
- 20 g Mandeln
- 20 g Pistazien-Kerne
- Je ½ TL Kardamom, Zimt, Kreuzkümmel, schwarzer Pfeffer (alles gemahlen)
- Salz

#### Zubereitung

- Das geputzte Gemüse in kleine Würfel schneiden.
- Die Entenkeulen rundum gut im Butterschmalz anbraten, dabei salzen und pfeffern. Aus dem Topf nehmen und das Gemüse im Bratfett andünsten, anschließend mit dem Rotwein ablöschen, aufkochen. Die Entenkeulen wieder einlegen und alles mit geschlossenem Deckel etwa 45 Minuten sanft köcheln, bis sich das Entenfleisch leicht vom Knochen lösen lässt.
- Schale von 1 Orange dünn abschälen, dann beide Orangen auspressen.
- 1 EL Zucker mit 2 EL Butter goldgelb karamellisieren und mit dem Orangensaft ablöschen. Zusammen mit den Orangenschalen köcheln, bis der Karamell sich aufgelöst hat.
- Entenkeule aus der Sauce nehmen und die Sauce durch ein Sieb zur Orangensauce gießen und das Ganze noch einmal ordentlich durchkochen.
- Jetzt dezent salzen und pfeffern, die Orangenschalen entfernen, dann die in kleine Würfel geschnittene, kalte Butter einrühren, bis die Sauce leicht bindet. Das soll heiß bleiben, darf jetzt aber nicht mehr kochen.
- Das Entenfleisch von den Knochen lösen und in die Sauce legen, warmhalten.
- Für den Palau den Backofen auf 200 Grad vorheizen.
- Den Reis ein paar Mal mit kaltem Wasser waschen, bis das Wasser klar ist.
- Dann in etwa 1,5 Liter Salzwasser etwa 5 Minuten köcheln, durch ein Sieb abgießen – dabei ungefähr 100 ml vom Kochwasser auffangen – und den Reis wieder in den Topf zurück geben.
- Mandeln und Pistazien stifteln.
- Das Kochwasser mit 1 EL Öl sowie etwas Salz, den Mandeln und Pistazien und den Gewürzen vermischen. Locker unter den Reis heben, Deckel auflegen und in den Backofen stellen.
- Nach 10 Minuten die Hitze auf 100 Grad verringern und weitere 20 Minuten garen.

„Alles in Butter“ vom 9. Dezember 2023

Autor: Helmut Gote

Redaktion: Heiko Hillebrand