

Gebratene Entenbrust auf Spinat-Kartoffelbeet

Gebratene Entenbrust auf Spinat-Kartoffelbeet

Zutaten für 4 Personen

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Zubereitungszeit: 1 Std.

Menu: [18.03.2015](#)

Creation [Thomas Brack](#)

Zutaten für 4 Portionen:

8 Stück Entenbrust à 200g

10 Stück

Kartoffeln festkochend

1.5 kg Spinat frisch

3 Stück Rote Zwiebeln

abschmecken Pfeffer

abschmecken Salz

abschmecken Olivenöl

Zubereitung:

Entenbrüste (hinten) gut von Fett befreien. Fettschicht (vorne) über Kreuz einschneiden, ohne Fleisch zu verletzen. Entenbrüste auf kleiner Flamme auf Fettschicht langsam anbraten. Entenbrust wenden und ebenfalls anbraten. Nochmals wenden und auf starker Flamme kurz Fettschicht knusprig braten. Anschliessend bei ca. 85 ° C im Ofen garen.

Spinat in grosser Pfanne garen bis er zusammenfällt. Zwiebel in halbe Ringe schneiden und Andünsten, mit Spinat vermengen und nochmal kurz in Pfanne wenden, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kartoffeln schälen in Stücke (2 cm) schneiden. Kartoffeln kochen (in Salzwasser, nicht zu weich).

Vorsichtige mit Spinat und Zwiebeln vermengen und mit etwas Olivenöl beträufeln.

Im Teller ein Spinat – Zwiebel – Kartoffelbeet anrichten. Die Entenbrüste in dünne Tranchen (ca. 0.5 cm) schneiden und auf Spinatbeet auslegen.