

Weihnachtliche Entenbrust

mit Gewürzrotkohl und Kartoffeltalern



40-50min



3-4 Personen

Was wäre Weihnachten ohne Ente? Wir braten ein zartes Stück Brust und richten sie, wie sich das für den besten Tag im Jahr gehört, mit gewürztem Rotkohl und Knödel an. Die backen wir vorher jedoch noch knusprig. Fröhliche Weihnachten!

Was du von uns bekommst

- 1,6
- 12
- 9

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Zucker

Küchenutensilien

- Pfanne
- Backblech
- Backofen mit Ober-/Unterhitze
- Backpapier
- Kochtopf
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Wer einen Gemüsehobel hat, den Rotkohl einfach fein hobeln, das spart Zeit.

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Sellerie (9), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 790kcal, Fett 34.5g, Kohlenhydrate 72.9g, Eiweiß 43.9g



1. Gemüse schneiden



2. Rotkohl zubereiten



3. Lack herstellen



4. Kartoffeltaler zubereiten



5. Ente zubereiten



6. Ente zubereiten

Aus der **Kartoffelmasse** ca. 10-12 kleine Taler formen. In der Pfanne ca. 4EL Pflanzenöl auf mittlere Stufe erhitzen und die Taler 10-12Min. goldbraun ausbacken.

Inzwischen **Entenbrüste** auf der Fettseite vorsichtig kreuzweise einschneiden, aber nicht in das Fleisch schneiden. Weitere Pfanne stark erhitzen. Entenbrüste ohne Öl 3Min. auf der Hautseite und 1Min. auf der anderen Seite goldbraun anbraten.