

Essen in Frankreich

Magrets de canard aigre-douce

1 orange
350 g de raisins blanc et noir
2 magrets de canard
2 échalotes
35 g de beurre
1 c. à soupe de Grand Marnier
1 c. à soupe de vinaigre de cidre
1 c. à café de fond de volaille déshydraté
1 c. à café de miel d'acacia
sel, poivre

Retirez le gras qui dépasse autour des magrets, puis incisez la peau en la quadrillant. Salez et poivrez. Lavez et séchez les raisins noir et blanc. Râpez l'équivalent de deux cuillerées à café de zeste d'orange, puis pressez le fruit.

Faites revenir les échalotes hachées dans 15 g de beurre jusqu'à ce qu'elles prennent une belle couleur dorée. Réservez-les. Faites cuire dans la même poêle, pendant 8 min environ, les magrets côté gras.

Retournez-les et poursuivez la cuisson pendant 3 ou 4 min. Emballez-les dans du papier d'aluminium et laissez-les reposer au chaud.

Jetez le gras rendu par les magrets dans la poêle. Déglacez avec le Grand Marnier et le jus d'orange. Ajoutez le miel, les échalotes, le fond de volaille, le vinaigre de cidre et le zeste. Portez à ébullition, faites frémir jusqu'à réduction d'un tiers, puis rectifiez l'assaisonnement.

Poêlez les raisins pendant quelques minutes dans le reste de beurre. Coupez les magrets de canard en biais, en tranches assez fines, puis déposez-les en éventail sur les assiettes chaudes. Nappez de sauce, entourez de grains de raisin et servez aussitôt.

Entenbrust süßsauer

1 Orange
350 g Weintrauben (weiß und blau)
2 Entenbrüste
2 Schalotten
35 g Butter
1 EL Grand Marnier
1 EL Cidre-Essig
1 TL gekörnte Geflügelbrühe
1 TL Akazienhonig
Salz, Pfeffer

Überstehende Fettränder **entfernen** und die Haut der Entenbrüste quadratisch einritzen. Salzen, pfeffern. Die Weintrauben waschen. Zesten aus der Schale der Orange schneiden, die der Menge von 2 TL entspricht, Saft der Orange auspressen.

Die gehackten Schalotten in 15 g Butter **andünsten** bis sie eine schöne goldgelbe Farbe angenommen haben. Beiseitestellen.

In der gleichen Pfanne die Fettseite der Entenbrüste ca. 8 Min. braten. **Wenden** und den Bratvorgang 3 bis 4 Min. fortsetzen.

In Alupapier einwickeln und warm stellen.

Das ausgebratene Fett aus der Pfanne entfernen. Mit Grand Marnier und dem Orangensaft ablöschen. Den Honig, die Schalotten, Geflügelfond, Cidre-essig und die Zesten hinzufügen. Zum Kochen bringen und sprudeln lassen, bis es um ein Drittel eingekocht ist. Abschmecken.

In einer Pfanne die Weintrauben einige Min. in dem Rest Butter **braten**. Die Entenbrüste in schräge dünne Scheiben schneiden und als Fächer auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit Soße bedecken und mit den Weintrauben umgeben. Sofort servieren.

pour 4 personnes
für 4 Personen



Eine praktische Hilfe beim Übersetzen französischer Originalrezepte bietet das Buch:

Essen in Frankreich

ISBN 978-3-8370-0911-8 (erhältlich im Buchhandel) 18,00 €