

Rezept des Monats: Dezember 2025

Ente in Madeirasauce und Orangenreis



Zutaten	Zubereitung
4 Entenbrüste, küchenfertig 2 EL Honig Salz, Pfeffer, Paprika	Entenbrust abtupfen mit Honig, Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Entenbrust in einer backofengeeigneten Pfanne von beiden Seiten scharf anbraten und im vorgeheizten Backofen bei 180°C Ober-/Unterhitze für ca. 15 Minuten offen braten lassen. Fleisch aus dem Ofen nehmen und an einer warmen Stelle zugedeckt 5 Minuten ziehen lassen.
50 g Zucker 20 g Butter 4 EL Balsamicoessig 12 EL Madeira 2 gelbe Paprika 2 EL Speisestärke 8 EL Sojasauce	Für die Sauce Zucker mit Butter karamellisieren und mit Essig und Madeira ablöschen, alles etwas einkochen lassen. Paprika mit Sparschäler schälen, in feine Würfel schneiden und in die Sauce geben. Stärke mit Sojasauce anrühren und die Sauce damit abbinden.
4 Orangen 400 ml Orangensaft 400 ml Wasser 1 TL Salz 250 g Langkornreis	Für den Orangenreis Orangen filetieren und dabei den Saft auffangen. Orangensaft mit Wasser und Salz aufkochen. Reis waschen, abtropfen lassen, in das kochende Wasser-Saft-Gemisch geben und bei schwacher Hitze etwa 20 Minuten ausquellen lassen. Reis abgießen und abtropfen lassen.
1 EL Senf 1 EL Essig 1 EL Zucker 1 EL Öl	Aus allen Zutaten eine Marinade herstellen und die Orangenfilet mit dem aufgefangenen Saft dazugeben. Alles gut durchmischen. Und die marinierten Orangenfilets als Topping auf den Reis geben.
	Das Fleisch in Streifen schneiden und in der Sauce servieren.

