

Honigglacierte Entenbrust

Einkaufsliste:

200 ml Honig
100 ml schwarze Sojasauce
1 Knoblauchzehe
20 g frischer Ingwer
1 Chilischote
1 Stängel Zitronengras
etwas Sesamöl
1 Entenbrust

Zubereitung

Den Honig zusammen mit der Sojasauce in einem Topf leicht erhitzen und vermischen. Die Knoblauchzehe mit dem Messerrücken leicht andrücken und in die Marinade geben. Ingwer, Chilischote und Zitronengras fein hacken und ebenfalls zugeben. Zuletzt mit etwas Sesamöl abschmecken. Die Marinade einen Tag ziehen lassen, anschließend durch ein feines Küchensieb passieren.

Die Haut der Entenbrust mit einem scharfen Messer in Abständen von 0,5 cm kreuzweise einschneiden und in der Marinade einlegen. In einer heißen Pfanne die Entenbrust von beiden Seiten anbraten. Die Fettseite sollte gründlich ausbraten damit eine krosse Kruste entsteht. Die Entenbrust nun auf ein Küchengitter oder eine Auflaufform setzen. Mit einem Pinsel die Entenbrust mit der Marinade bestreichen. Im vorgeheizten Ofen bei 160 Grad die Entenbrust ungefähr 20 Minuten garen, dabei immer wieder mit der Marinade bestreichen. Vor dem Aufschneiden das Fleisch kurz ruhen lassen.