

Grillrezepte

Entenbrüste In Orangen Marinade

Anzahl: 12 Portionen

Gattung: Ente, Geflügel, Grillen, Grillparty, Ideen, Raffiniert, Pikant,

4	fleischige Entenbrüste (à 350-400g)	5	Kardamomkapseln
2	Saftorangen (unbehandelt)	2	Sternanis
40 g	frische Ingwerwurzel	3 Essl.	Sojasauce
2	bis 3 rote Chilischoten	3 Essl.	dunkles Sesamöl

1. Die Entenbrüste auf der Hautseite mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden. Das seitlich überstehende Fett abschneiden.

2. Die Orangenschale dünn abreiben, den Saft aus den Früchten pressen. Saft und Schale in eine Schüssel geben. Den Ingwer schälen und in den Orangensaft reiben. Die Chilischoten aufschlitzen, entkernen und fein hacken. Die Kardamomkörner aus den Kapseln brechen und zusammen mit dem Sternanis in einem Mörser zerstoßen. Chiliwürfel, zerstoßene Gewürze und die Sojasauce unter den Orangensaft rühren.

Die Mischung in eine flache Arbeitsschale geben, die Entenbrüste mit der Fleischseite nebeneinander in die Marinade legen. Zugedeckt mindestens 6 Stunden, besser über Nacht marinieren.

3. Die Entenbrüste aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und anschließend trockentupfen. Die Fleischseite mit Sesamöl, die Hautseite mit der Marinade bestreichen. Die restliche Marinade mit den Gewürzen in einem kleinen Topf auf die Hälfte einkochen und durch ein Sieb in eine kleine Schüssel gießen.

4. Die Entenbrüste zuerst auf der Hautseite 8-10 Minuten, dann auf der Fleischseite 5-6 Minuten grillen. Die Entenbrüste vom Grill auf ein Holzbrett mit Ablaufrinne legen und mit dem restlichen Sesamöl bestreichen. 8 Minuten ruhenlassen. Die Entenbrüste schräg in 2 cm dicke Scheiben schneiden und mit der eingekochten Orangenmarinade beträufeln.