Canard orange-Ente mit Orangen

Kategorien:	Fleischgerichte, Geflügelgerichte
Land / Stil:	k.A. / k.A.
Bewertung:	(noch nicht bewertet)



Zutaten

2 kg Ente
Pfeffer
Salz
2 EL Maiskeimöl
100 g Karotten
100 g Petersilienwurzel
1 Zwiebel
3/8 L Hühnersuppe
1 Bio Zitrone
3 Orangen
50 g brauner Zucker
2 EL Weißweinessig
2 TLSpeisestärke
1 EL Orangenmarmelade
2 EL Orangenlikör

Zubereitung

Canard orange - Ente mit Orangen ist die klassische Zubereitungsart von jungen Enten.
Die Ente wird zunächst im Stück gebraten, damit das Fleisch besonders saftig bleibt und wird erst vor dem Servieren in Stücke geteilt.
Da auch die Schale der Orangen und Zitrone verwendet wird, sollte man möglichst unbehandelte Bio Orangen und Bio Zitronen kaufen.
Wenn man keine frische Ente erhält, sollte man die tiefgekühlte Ente einen Tag vor dem Zubereiten aus der Kühlung nehmen und am besten zugedeckt im Kühlschrank auftauen lassen.
Dafür legt man die Ente in ein großes Sieb und stellt eine passende Schüssel darunter.

Das Auftauwasser wird nicht mit verwendet, sondern weggegossen.
Die Ente deckt man am besten mit einem tiefen Teller zu.

Nach dem Auftauen die Ente von innen und außen gründlich unter fließend Wasser abspülen

und mit Küchenpapier trockentupfen.
Größere sichtbare Fettstücke im Inneren entfernen.
Die Ente von innen und außen mit Pfeffer und Salz würzen.
Die Flügel im Gelenk knicken, nach hinten auf den Rücken drehen und mit kräftigem Küchengarn zusammenbinden.
Die Schenkel vorne über Kreuz zusamenbinden.
Den Boden einer Bratraine oder von einem Bräter mit Maiskeimöl auspinseln und ohne Deckel auf die zweite Schiene von unten in den kalten Ofen schieben.
Den Backofen auf 200° vorheizen.
Wenn die Temperatur erreicht ist, die Ente zunächst mit der Brust nach unten in das heiße Öl legen und ca. 15 Minuten braten lassen,
bis die Brust leicht gebräunt ist.
Die Ente auf eine Seite drehen und weitere 15 Minuten braten lassen.
Die Ente auf die andere Seite drehen und ebenfalls 15 Minuten braten lassen.
Inzwischen Karotten und Petersilienwurzel schälen und in kleine Würfel schneiden.
Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Hühnersuppe in einen Topf geben und erhitzen.
Die Ente auf den Rücken drehen, das klein gewürfelte Gemüse ringsum verteilen und kurz anbraten lassen.
Die heiße Hühnersuppe über das Gemüse gießen und die Ente ca. weitere 25 Minuten fertig braten.
Für die Orangensauce die unbehandelte Bio Zitrone und Orangen unter heißem Wasser gründlich abwaschen und trockenreiben.
Von der Zitrone und einer Orange die Schale am besten mit einem Zestenreißer in feine Streifen schneiden, wie oben auf dem Bild zu sehen.
Anschließend die Zitrone und zwei Orangen auspressen.
Die dritte Orange filetieren.
Dafür die Schale der Orange am besten mit einem scharfen Kochmesser so abschneiden, dass auch die innere weiße Schale entfernt wird.
Dann mit dem Messer zwischen die dünnen Trennhäute schneiden und die Orangenfilets vorsichtig herauslösen.
Braunen Zucker in einen kleinen Kochtopf oder einen Stieltopf geben und zunächst auf hoher Temperatur schmelzen lassen.
Dabei mit einem Kochlöffel umrühren.
Sobald der Zucker schmilzt, auf niedrigste Temperatur zurück schalten.
Wenn der Zucker anfängt goldgelb zu werden, Orangen- und Zitronenschale zufügen und leicht karamellisieren lassen.
Den ausgepressten Saft der Zitrone und Orangen zugießen und ca. 30 Minuten leicht köcheln lassen.
Wenn die Ente fertig gegart ist, die Bratraine oder den Bräter mit Topflappen aus dem Ofen nehmen.
Die Ente auf eine vorgewärmte Platte legen, das Küchengarn entfernen und die Ente im ausgeschalteten Ofen ca. 10 Minuten ruhen lassen.
Das Fett vom Bratenfond abschöpfen und den Bratenfond in den Topf zum Saft gießen.
Die Sauce mit Weißweinessig würzen und einmal aufkochen lassen.
Speisestärke in eine kleine Schüssel geben und mit wenig kaltem Wasser glatt rühren.
Die Sauce mit der angerührten Speisestärke andicken.
Die Temperatur auf niedrigste Stufe zurückschalten.
Orangenmarmelade und Orangenlikör in die Sauce rühren und evtl. mit Pfeffer und Salz nachwürzen.

Die Ente mit einer Geflügelschere in kleinere Stücke schneiden und in eine vorgewärmte Schüssel legen.
Die Orangenfilets über die Canard orange - Ente mit Orangen verteilen und die Sauce darüber gießen.