

# Eisbergsalat mit lauwarmer Forelle / Entenbrust mit Honigsauce / Gratinierte Himbeeren

Rezept als PDF-Download

Josef Reßl vom Gasthof Herzogstand in Benediktbeuern präsentiert das Rezept des Monats Februar 2014:

## Eisbergsalat mit lauwarmer Forelle

### Zutaten:

- 4 Forellenfilets
- Pfeffer aus der Mühle
- Salz
- ½ Kopf Eisbergsalat
- 2 Tomaten, in Scheiben geschnitten
- 20 Erbsenschoten, gekocht

### Zutaten Dressing:

- 1 Schalotte feingeschnitten
- 20 ml Apfelessig
- 40 ml Kraftbrühe
- 40 ml Olivenöl
- 20 ml Sesamöl oder Samenöl
- je 3 Basilikum- und Estragonblätter
- Pfeffer aus der Mühle
- Salz

### Zubereitung:

Die Forellenfilets waschen und die Gräten herausziehen. Auf Küchenkrepp trocknen lassen. Schalotte mit Apfelessig und Kraftbrühe verrühren, das Olivenöl und Sesamöl einlaufen lassen, Basilikum und Estragonblätter dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Eisbergsalat putzen, waschen und mundgerecht zupfen.

Die Forellenfilets mit Salz und Pfeffer würzen, 3-4 Minuten dämpfen oder braten. Die Filets auseinanderbrechen, abwechselnd mit den Tomatenscheiben und den Eisbergsalatstücken übereinanderschichten und mit dem Dressing und den Erbsenschoten anrichten.

## Entenbrust mit Honigsauce

### Zutaten:

- 2 Entenbrüste zu je 140 g
- 2 EL Öl zum Braten
- 1 EL Honig
- 200 ml Geflügelsauce
- 1 EL kalte Butter
- Pfeffer aus der Mühle
- Salz

### Zubereitung:

Die Entenbrüste mit einem Messer von den Sehnen befreien und das Fett zu einem Teil ringsherum wegschneiden. Die Entenbrüste salzen, pfeffern und in einer heißen Pfanne mit wenig Öl zuerst auf der Hautseite knusprig braun und dann auf der anderen Seite etwas kürzer braten. Die Entenbrüste herausnehmen und auf der Hautseite mit etwas Honig bestreichen.

In die Pfanne einen Esslöffel Honig geben, mit der Geflügelsauce aufgießen und mit der kalten Butter verfeinern. Das Fleisch im vorgeheizten Backrohr fertig braten. Anschließend in Alufolie einwickeln und 3 Minuten ruhen lassen. Die Entenbrüste in Scheiben schneiden und mit der Honigsauce servieren. Gartemperatur: 180° Grad, Garzeit: ca. 8 Minuten (Kerntemperatur 60°).

## Gratinierte Himbeeren

### Zutaten:

- 500 g Himbeeren
- 2 EL Grand Marnier
- 100 ml Sahne
- Vanille-Cremeeis
- Zitronenmelisse zum Garnieren
- 50 g Zucker
- 20 ml Zitronensaft
- 100 ml Himbeersauce
- 3 Eigelb

- 70 g Staubzucker
- 2 TL Speisestärke
- 1 Msp. Zitronenschale gerieben
- 1 Msp. Orangenschale gerieben

### **Zubereitung:**

Den Grand Marnier, den Zucker, den Zitronensaft und die Himbeersauce verrühren, dann die Himbeeren damit marinieren. Das Eigelb mit dem Staubzucker, der Speisestärke, der Zitrone und der geriebenen Orangenschale in einer Schüssel cremig rühren. Die Sahne steif schlagen und unter die Eigelbmasse heben. Die Himbeeren mit der Marinade in tiefe Teller geben. Die Gratinmasse darauf verteilen und im Salamander (oder im stark vorgeheizten Backrohr) überbacken und sofort servieren. Mit Vanille-Cremeeis und Zitronenmelisseherzen garnieren.

**Wir wünschen viel Spaß beim Kochen und Ihnen und Ihren Gästen einen guten Appetit!**

*Sofern nicht anders angegeben, sind die Rezepte jeweils für 4 Personen gedacht!*

Sehen Sie hier im Archiv eine Zusammenstellung aller bisherigen Rezeptempfehlungen.  
Derzeit befinden sich 62 Rezepte in unserem Archiv.

[smart\_archives]