



Besser essen.
Besser leben.

gebackene Ente mit Rotkohl

👤 4 Personen ⌚ 10 Minuten ⏳ 8 Minuten 🍴 normal

Zutaten

gebackene Ente

3 Entenbrüste mit Haut (à 200 g)

1 Prise Salz

Rotkohl

1 Stck. Rotkohl

1 Stck. Apfel

1 TL Lebkuchengewürz

1 Stck. [Zwiebel](#)

1 Stck. Lorbeerblatt

200 ml Apfelsaft

1 Prise Salz

1 Prise AMC Pepper Trio, alternativ Pfeffer

2 EL [Sonnenblumenöl](#)

Soße zur Ente

100 ml Rotwein

1 Stck. [Zwiebel](#)

500 ml Fleischbrühe

1 EL Preiselbeergelee

2 EL Speisestärke

1 Prise AMC Pepper Trio, alternativ Pfeffer

1 Prise Salz



Zubereitung

Rotkohl

1. Den Rotkohl klein schneiden und in einer Schüssel geben. Anschließend 2 EL Zucker und eine Prise Salz in die Schüssel geben und alles gut umrühren. Den Apfel in kleine Würfel schneiden.
2. Den 4,5 Liter Topf auf die Navigeno stellen. Die Navigeno auf Stufe 6 drehen. Anschließend das Sonnenblumenöl hineingeben. Die Zwiebeln mit dem Quickcut klein machen und in den Topf geben. Danach die Zwiebeln leicht anschwitzen lassen.
3. Das entstandene Wasser vom Rotkohl in eine separate Schüssel gießen und den Rotkohl in den Topf geben. Anschließend alles gut durchmischen und den Apfel, Lorbeerblatt, Apfelsaft, Gewürze und das Rotkohlwasser hinzugeben. Zum Abschluss alles gut durchmischen.
4. Den Secuquick auf den Topf legen und verschließen. Danach den Audiotherm auf das "Softsymbol" drehen.
5. Sobald das Softsymbol erreicht ist (der Audiotherm piept dann) den Topf in den Servierdeckel stellen und von alleine Druck los werden lassen.

gebackene Ente

6. Die Entenhaut mithilfe eines Messers einritzen. Anschließend die Entenbrust von beiden Seiten gut salzen. Mithilfe eines 24cm Servierdeckels eine runde Form Backpapier ausscheiden. Das Backpapier in die Softiera-Einsatz legen.
7. Die Hotpan auf die Navigeno stellen. Die Entenbrust in die kalte Pfanne mit der Hautseite hineinlegen. Anschließend die Navigeno auf Stufe 6 stellen. Die Entenbrust von beiden Seiten für ca. 3-5 Minuten braten lassen. Dabei beim Öffnen des Deckels die Ente mit ihrem Eigenfett begießen.
8. Die Entenbrust aus der Hotpan nehmen. Den Softiera-Einsatz in den 3,5 Liter Topf legen. und die Entenbrust mit der Hautseite von oben hineinlegen.
9. Die Navigeno überkopf auf den Topf legen. Anschließend die Navigeno auf Stufe 1 drehen und den Audiotherm auf 8 Minuten einstellen.
10. Wenn die Zeit abgelaufen ist, die Entenbrust in Alufolie einwickeln und für ca. 5

Tipp

Super lecker mit Knödel oder Salzkartoffeln :-)

Minuten ruhen lassen.

Soße zur Ente

11. Die Hotpan mit dem Bratensatz der Ente auf den Herd stellen. Anschließend den Herd auf die höchste Stufe einstellen.

12. Die Zwiebeln mit dem Quickcut klein machen und hineingeben. Die Zwiebeln leicht andünsten und danach den Rotwein und die Fleischbrühe hinzugeben. Nachdem man alles einmal gut umgerührt hat, das Preiselbeergelee dazugeben. Zum Schluss alles gut umrühren und würzen.

13. Zum eindicken der Soße, Speisestärke langsam durch ein Küchensieb streuen und umrühren.

Verwendete Produkte



Audiotherm



Quick Cut



Topf 20cm 4.5l



HotPan Stielgriff 28cm 3.0l



Navigenio



Secuquick softline 20cm



Softiera-Einsatz 24cm