

Entenbrust mit Beerensauce und Miso-Kartoffeln

Gesamtzeit **80 Min.** 20 Min. Vorbereitungszeit 60 Min. Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):

3.420 kJ / 817 kcal

Fett: **31,2 g**

Kohlenhydrate: **63,2 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

Ente:

2 Entenbrüste, je 200 g

2 Zweige Rosmarin

Sauce:

120 g Brombeeren

100 ml Orangensaft

30 g Honig

30 ml Kikkoman natürlich
gebraute Sojasauce

30 ml Apfelessig

Kartoffeln:

400 g geschälte Kartoffeln

50 g helle Miso-Paste

50 ml Rapsöl

5 g Knoblauchgranulat

ZUBEREITUNG

Schritt 1

400 g geschälte Kartoffeln - **50 g** helle Miso-Paste
- **50 ml** Rapsöl - **5 g** Knoblauchgranulat

Die Kartoffeln in Spalten schneiden und mit Miso-Paste, Knoblauchgranulat und Öl vermischen. Im Backofen bei 180 °C 40 Minuten backen.

Schritt 2

120 g Brombeeren - **100 ml** Orangensaft - **30 g**

Honig - **30 ml** Kikkoman natürlich gebrauchte
Sojasauce - **30 ml** Apfelessig

Alle Zutaten in einen Topf geben und etwa 10 Minuten köcheln, bis sie zu einer Sauce eindicken.

Schritt 3

2 Entenbrüste, je 200 g - **2** Zweige Rosmarin

Die Haut der Entenbrust mit einem Messer rautenförmig einritzen. Mit der Hautseite nach unten in eine Pfanne legen und bei starker Hitze etwa 5 Minuten auf jeder Seite braten, bis das Fett unter der Haut geschmolzen ist und die Ente eine goldbraune Farbe hat. Die Rosmarinzweige dazugeben, in den auf 160 °C vorgeheizten Backofen schieben und je nach Größe der Entenbrust 10 bis 15 Minuten backen.