

Teriyaki Ente

Zubereitungszeit **30 Minuten**
Kalorien pro Portion **244**



Zutaten für 4 Personen

500 g Entenbrüste
5 EL Kikkoman Teriyaki Sauce mit geröstetem Knoblauch
Öl zum Braten
200 ml Orangensaft
20 g Zucker
20 g Senf
20 g Rettich
20 g Sellerie
20 g Gurken
20 g Möhren

Zubereitung:

1. Entenfleisch ca. 20 Minuten in Teriyaki Sauce mit geröstetem Knoblauch marinieren.
2. Dann in einer Pfanne mit Fett von beiden Seiten scharf anbraten und anschließend ca. 7 Minuten bei 180 Grad im Backofen garziehen lassen.
3. In der Zwischenzeit Bratfond mit Orangensaft, Teriyaki-Enten-Marinade ablöschen, Zucker und Senf zufügen und einreduzieren lassen. Gemüse putzen, waschen und in ganz feine Streifen schneiden.
4. Teriyaki-Ente dekorativ auf einem Teller anrichten, mit Orangensauce nappieren und Gemüsestreifen darauf verteilen.

Tipp: Dieses Gericht eignet sich gut als Vorspeise oder kann als Hauptspeise zusammen mit einer Beilage (z. B. Kartoffeln, Reis) serviert werden.

Guten Appetit!