WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Entenbrust auf Rote-Bete-Carpacchio

Zutaten (für 4 Personen):

2 Entenbrustfilets
1 große Orange
200 g Rote Bete
50 g Feldsalat
4 EL Kürbiskernöl
Petersilie
40 g Kürbiskerne
Salz und Pfeffer



Nährwerte:

Pro Portion ca. 805 kcal, 56 g Fett, 9 g Kohlenhydrate, 41 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 45 Minuten

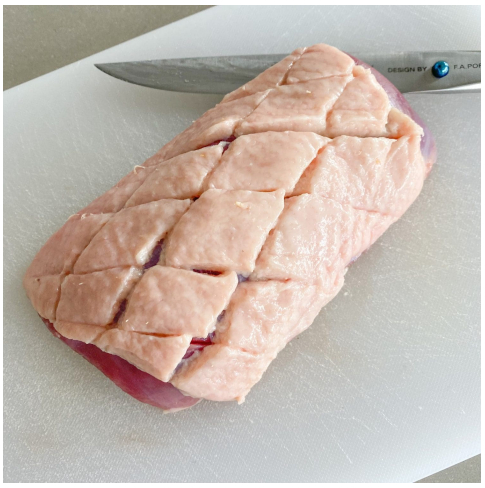
WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Entenbrust auf Rote-Bete-Carpacchio

Zubereitung:

1. Zuerst die Haut der Entenbrustfilets einschneiden.



2. Dann die Filets ohne Fett auf der Hautseite 3 bis 5 Minuten scharf anbraten,…



3. …umdrehen und weitere 5 Minuten scharf anbraten. Anschließend bei 180 Grad im Ofen 12 bis 15 Minuten zu Ende garen.
   In der Zwischenzeit die Orange schälen und in Scheiben schneiden. Die Rote Bete ebenfalls in Scheiben schneiden, den Feldsalat waschen.

Entenbrust auf Rote-Bete-Carpacchio



4. Zum Schluss das Entenfleisch fein aufschneiden, mit Orangen- und Rote-Bete-Scheiben und Feldsalat anrichten und mit Öl, Petersilie, Kürbiskernen und einer Prise Salz und Pfeffer genießen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Entenbrust auf Rote-Bete-Carpacchio



Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf **www.deutsches-geflügel.de**