WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Entenbrust auf Feldsalat mit Himbeeren

Zutaten (für 4 Personen):

2 Entenbrustfilets
12 EL Himbeeressig
8 EL Walnussöl
Salz (und Pfeffer optional)
250 g Himbeeren
200 g Feldsalat
40 g Salatkerne
Petersilie

Nährwerte:

Pro Portion ca. 437 kcal, 28 g Fett, 11 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 30 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Entenbrust auf Feldsalat mit Himbeeren

Zubereitung:

1. 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.

2. Zuerst die Haut der Entenbrustfilets rautenförmig einschneiden.

3. Dann das Fleisch ohne Fett auf der Hautseite 3 bis 5 Minuten scharf anbraten.

Entenbrust auf Feldsalat mit Himbeeren

4. Jetzt die Entenbrustfilets umdrehen und weitere 5 Minuten scharf anbraten. Anschließend bei 180 Grad im Ofen 12 bis 15 Minuten zu Ende garen. Kurz ruhen lassen.

5. In der Zwischenzeit Essig und Öl mit etwas Salz (und Pfeffer optional) mischen. Den Salat und die Himbeeren untermischen.

6. Die Entenbrust dünn aufschneiden, auf dem Salat anrichten und mit Petersilie und Salatkernen toppen. Lecker!

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Entenbrust auf Feldsalat mit Himbeeren

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**