



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Jakobsmuscheln auf Chicorée

Entenbrust mit Linsen und Tomatenlauch

Omelette soufflée au Grand-Marnier

Zutaten:

Zubereitung:

Entenbrust mit Linsen und Tomatenlauch

2 TL	weisse Pfefferkörner	
2 TL	schwarze Pfefferkörner	
1/2 TL	brauner Rohrzucker	
	Salz	
1/2 Bund	Thymian	
2 - 3 Stk.	Entenbrüste	je nach Grösse
4 EL	Olivenöl (1)	
1 Stk.	Schalotte	
2 Zehen	Knoblauch	
2 EL	Olivenöl (2)	
150 g	grüne Linsen	
ca. 5 dl	Hühnerbouillon	
1 Bund	glattblättrige Petersilie	
	Salz, Pfeffer	
	Zitronensaft	
2 Stangen	Lauch	
4 Stk.	Tomaten	
	Salz, Pfeffer	
2 - 3 EL	Olivenöl	

In einem Mörser die Pfefferkörner, den Zucker und das Salz fein mörsern. Thymianblättchen von den Zweigen zupfen und untermischen.

Die Entenbrüstchen auf Haut- und Fleischseite mit der Gewürzmischung einreiben. Bis zum Braten kühl stellen.

Für die Linsen die Schalotten und den Knoblauch schälen und fein hacken. Im Olivenöl glasig dünsten. Linsen und Bouillon beifügen und zugedeckt je nach Qualität der Linsen 30 - 40 Minuten weich garen.

Für den Tomatenlauch die Lauchstangen rüsten, der Länge nach halbieren und in 6 cm lange Stücke schneiden. Mit der Schnittfläche nach oben nebeneinander in eine feuerfeste Form legen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Olivenöl beträufeln. Die Tomaten in 2 cm dicke Scheiben schneiden und den Lauch damit belegen. Ebenfalls mit Salz sowie Pfeffer würzen und mit Olivenöl beträufeln. Den Tomatenlauch im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen auf der zweituntersten Rille etwa 40 Minuten backen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit des Tomatenlauches in einer Bratpfanne das Olivenöl erhitzen. Die Entenbrüste darin bei mittlerer Hitze zuerst auf der Hautseite je nach Dicke 4 - 5 Minuten braten, dann auf der Fleischseite auf kleinem Feuer 4 - 5 Minuten fertig braten. In den ausgeschalteten Ofen neben den Tomatenlauch geben und 10 Minuten nachgaren lassen.

Die Petersilie für die Linsen fein hacken. Am Schluss unter die Linsen mischen und diese mit Salz, Pfeffer und wenig Zitronensaft abschmecken.

Die Linsen in der Mitte der vorgewärmten Teller anrichten. Den Tomatenlauch darauf setzen. Die Entenbrüstchen in Scheiben aufschneiden und rundherum anrichten.