



CLUB KOCHENDER MÄNNER  
4310 RHEINFELDEN

**Exotische Omelette nach Tanja Grandits**  
\*\*\*\*\*  
**Thunfisch in Pfeffer-Limetten Kruste mit Wasabi Mayonnaise**  
\*\*\*\*\*  
**Gebratene Entenbrust mit Rotwein-Pfeffer Sauce**  
\*\*\*\*\*  
**Delice Café noir**

Zutaten: Zubereitung:

**Gebratene Entenbrust mit Rotwein-Pfeffer Sauce**

- |         |                        |            |
|---------|------------------------|------------|
| 1 EL.   | Olivenöl               |            |
| 4 Stk.  | Entenbrustfilets       |            |
| 4 Stk.  | Schalotten             |            |
| 10 Stk. | schwarze Pfefferkörner |            |
| 1 Zweig | Thymian                |            |
| 1 Stk.  | Lorbeerblatt           |            |
| 500 ml  | Rotwein                |            |
| 250 ml  | Gefügelbrühe           |            |
| 1 TL    | schwarze Pfefferkörner | zerstossen |
| 15 g    | Butter                 |            |
|         | Blumenkohl             |            |
|         | Broccoli               |            |

Den Ofen auf 200°C vorheizen.  
Die Haut der Entenbrüste abziehen und auf jeder Seite 3 Minuten anbraten. Das Bratfett für die Sauce zurückbehalten. Die Entenbrüste im Ofen ca. 15 Minuten fertig braten. Aus dem Ofen nehmen und zugedeckt ruhen lassen. Zwischenzeitlich die Sauce zubereiten.

Die fein geschnittenen Schalotten im Bratfett drei Minuten anschwitzen. Die Pfefferkörner, den Thymian und das Lorbeerblatt zugeben und mit dem Wein ablöschen. Einkochen bis die Pfanne fast trocken ist, Brühe zugießen, aufkochen und anschliessend passieren. Zerstossene Pfefferkörner und Butter einrühren.

Die Entenbrustfilets mit der Sauce überziehen und mit blanchiertem Gemüse servieren.