

# Barbarieenten Brust mit Orangensauce auf geschmortem Möhren-Spitzkohl-Gemüse

Zutaten (für 2 Personen)

2 Stück Barbarieenten-Brust  
 1 Bio-Orange  
 2 TL Honig  
 2 EL Öl  
 Salz  
 Pfeffer  
 300 g Möhren  
 ½ Spitzkohl  
 Thymian  
 Rosmarin  
 1 Lorbeerblatt  
 2 Wachholderbeeren  
 1 Sternanis  
 1 EL Aprikosenkonfitüre  
 200 ml Geflügelfond  
 1 EL Speisestärke

Ente à l'orange ist ein klassisches Gericht der französisch-provenzalischen Küche. Viel zu oft bekommt man im Restaurant eine durchgegarnte und daher trockene Ente mit quietsch-süßer Sauce serviert. Auf unserer kulinarischen Reise verwenden wir dagegen Barbarieentenbrüste, die wir rosa garen und auf einer fein-würzigen Orangensauce servieren. Ein geschmortes Möhren-Spitzkohl-Gemüse rundet das Gericht ab.

Als Vorspeise servieren wir ein Cremesüppchen vom Räucherlachs das uns in der kalten Jahreszeit von innen wärmt.

## Rezept

Das Rezept erhalten Sie in unserem Onlinekochkurs.

Kochen Sie gemeinsam mit Teilnehmer\*innen aus ganz Deutschland und kommen Sie mit auf eine virtuelle kulinarische Reise. Denn hier heißt es:

Zusammen isst man weniger allein.

Eine Anmeldung gilt für einen Haushalt.

Ihr Reiseleiter an diesem Abend ist Fabian Heinert aus der vhs Leipzig

Freitag, 22.11.2024; 18 bis ca. 19:30 Uhr (2 UE)

Technik-Check und Kennenlernen ab 17:30 Uhr

Kosten: 15 EUR

Benötigte Utensilien:

2 Pfannen  
 Küchenmesser  
 Schneidebrett  
 Kleine Schüsseln  
 Esslöffel  
 Gemüseschäler  
 Teller  
 Kochlöffel  
 Zitruspresse  
 Zestenreißer oder Küchenreibe  
 Gabel  
 Tasse  
 Schneebeesen

# Cremesüppchen vom Räucherlachs mit Meerrettich verfeinert

Zutaten (für 2 Personen)

1 Zwiebel  
1 EL Butter  
100 g Kartoffeln (mehlig kochend)  
100 g Knollensellerie  
400 ml Fischfond  
150 g Räucherlachs  
100 ml Sahne  
½ Zitrone  
Salz  
Pfeffer  
Dill für die Dekoration  
1 TL Sahne-Meerrettich  
2 Zahnstocher

Benötigte Utensilien:

Kleine Schüsseln,  
Esslöffel,  
Küchenmesser,  
Schneidebrett,  
Gemüseschäler,  
Teller,  
Kleiner Kochtopf mit Deckel,  
Kochlöffel,  
Pürierstab,  
Zitruspresse

Ente à l'orange ist ein klassisches Gericht der französisch-provenzalischen Küche. Viel zu oft bekommt man im Restaurant eine durchgegarnte und daher trockene Ente mit quietsch-süßer Sauce serviert. Auf unserer kulinarischen Reise verwenden wir dagegen Barbarieentenbrüste, die wir rosa garen und auf einer fein-würzigen Orangensauce servieren. Ein geschmortes Möhren-Spitzkohl-Gemüse rundet das Gericht ab.

Als Vorspeise servieren wir ein Cremesüppchen vom Räucherlachs das uns in der kalten Jahreszeit von innen wärmt.

Rezept

Das Rezept erhalten Sie in unserem Onlinekochkurs.

Kochen Sie gemeinsam mit Teilnehmer\*innen aus ganz Deutschland und kommen Sie mit auf eine virtuelle kulinarische Reise. Denn hier heißt es:

Zusammen isst man weniger allein.

Eine Anmeldung gilt für einen Haushalt.

Ihr Reiseleiter an diesem Abend ist Fabian Heinert aus der vhs Leipzig

Freitag, 22.11.2024; 18 bis ca. 19:30 Uhr (2 UE)

Technik-Check und Kennenlernen ab 17:30 Uhr

Kosten: 15 EUR