



# ENTENBRUSTFILET MIT ORANGENSOÛE

FÜR 4 PERSONEN

## ZUTATEN

- 2 Entenfilet  
Salz, Pfeffer
- 2 TL Honig
- 15 g Butter
- 4 EL Orangenlikör
- 1 unbehandelte Orange
- 1 Becher Crème fraîche

Entenfilet waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer bestreuen. Eine Pfanne ohne Fett erhitzen. Das Filet mit der Hautseite nach unten hineinlegen und anbraten.

Dann die andere Seite. Die Haut mit Honig bestreichen und Butter dazugeben. Den Orangenlikör darüber gießen, aus dem Bratensatz nehmen und auf einer vorgewärmten Platte anrichten und zugedeckt warm stellen.

Orange heiß waschen, trocken reiben, dünn schälen und die Schale in sehr feine Streifen schneiden. Die Orange halbieren und auspressen.

Von dem Bratensatz eventuell das Fett mit einem Löffel abnehmen oder abgießen. Orangensaft und Orangenschale zu dem Bratensatz geben und aufkochen lassen. Crème fraîche unterrühren und zum Kochen bringen.

Die Soße mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken.

