

# VORSPEISEN

»Was verbindet Ente und Chicorée? Ihre Liebe zur Orange!«



## Gebratene Entenleber auf Chicoréesalat mit Orangenvinaigrette

Vom Chicorée löse ich die äußeren Blätter ab, falls die nicht knackig frisch sind. Dann halbiere ich die Stangen längs, so dass ich den inneren Kern herauschneiden kann. Auch wenn er meist nicht mehr bitter schmeckt, ist es so eleganter. Die obere Hälfte vom Chicorée teile ich in Blättchen, den Rest schneide ich in sehr feine Streifen.

- Nun brauche ich Fruchtfleits von einer schönen dicken Orange. Dafür schneide ich die Schale rundherum so großzügig ab, dass die weiße Haut komplett verschwindet und ich die Orangenfilets mit einem kleinen scharfen Messer aus den Hautsegmenten schneiden kann.

- Für die Orangenvinaigrette fange ich den Saft beim Filetieren der Frucht in einer Kasserolle auf. Ich presse die zweite Orange aus und gebe den Saft dazu.

- Den Orangensaft lasse ich nun so lange einkochen, bis nur noch etwa vier Esslöffel im Topf sind. Diesen konzentrierten Saft verrühre ich mit dem Öl, einer Prise Salz, einem Hauch Pfeffer aus der Mühle und etwas Zitronensaft zu einer schönen Vinaigrette.

- Ich putze die Rauke und mische die kleinen Blätter mit den Chicorée-streifen. Auf den Tellern richte ich die Orangenfilets und die Chicorée-blätter kreisförmig an. In die Mitte gebe ich den Raukesalat.

- Nun pfeffere ich schnell die Entenleber und brate sie in der Hälfte der Butter von allen Seiten gut an. Die restliche Butter stelle ich kalt. Fürs Aroma gebe ich einfach die Thymianzweige und die zerdrückte Knoblauchzehe mit in die Pfanne.

- Ich gebe den Balsamico und den Portwein dazu, schwenke die Entenleber darin und nehme das Fleisch aus der Pfanne. Bei 60 Grad halte ich es im Ofen warm. Ganz zum Schluss salze ich die Leber.

- Thymian und Knoblauch fische ich heraus und lasse die Soße etwas einkochen. Ich ziehe die kalten Butterflocken unter und schwenke die Leber nochmals in der feinen Soße, schneide sie dann in Scheiben und richte sie auf dem Salat an. Nun kommt die Orangenvinaigrette, die Soße und etwas Kresse darüber – fertig ist der wunderbare Genuss.

*FÜR 3 PERSONEN • Foto rechts*

**Chicoréesalat:** 2 Chicorée • 2 Orangen • 3 EL Olivenöl  
• Meersalz • Pfeffer aus der Mühle • etwas Zitronensaft  
• 50 g Rauke

**Entenleber:** 250 g Entenleber • Pfeffer aus der Mühle  
• 25 g Butter • 2 Thymianzweige • 1 Knoblauchzehe  
• 2 EL Balsamico • 60 ml Portwein • Meersalz • etwas Kresse

### GUT ZU WISSEN: ZITRUSFRÜCHTE FILETIEREN

Die Spitzen oben und unten abschneiden, die Frucht auf ein Brett setzen. Dann schneidet man die Schale mit der weißen Haut runter. Jetzt liegen die Zitruspalten offen und werden mit einem kleinen scharfen Messer aus den Trennhäuten gelöst. Den Saft für die Soße auffangen!



### Leas Tricks: *mise en place*

Es gibt Leute, die können in einer chaotischen Küche kochen. Noch mehr Leute (Männer) gibt es, die kochen und hinterlassen dann eine chaotische Küche. Aber im Ernst: Wenn alles gut gelingen und mehrere Sachen zum selben Zeitpunkt fertig sein sollen, müssen die Zutaten (wie auf dem Foto) bereitstehen. So macht es auch mein Koch Tobias Tysklind aus Schweden. Und wir Profis nennen das Ganze »mise en place«.

