

# Grillrezepte

## Gegrillte Entenbrust Mit Rote Bete Salat

Anzahl: 2 Portionen

Gattung: Geflügel, Einfach, Ente, Grillen,

---

2 Zweige Rosmarin	9 Essl. Olivenöl
2 Stiele Thymian	200 g Rote Bete in Scheiben (Glas)
2 Stiele Majoran	1 Rosa Grapefruit
3 Schalotten	2 Essl. Himbeeressig
3 Knoblauchzehen	Salz und schwarzer Pfeffer
1 Getrocknete Chilischote	- aus der Mühle
2 Entenbrustfilets (à 200 g)	Zucker

---

1. Die Kräuter grob hacken. Schalotten und Knoblauch in feine Scheiben schneiden. Getrocknete Chilischote zerbröseln. Entenbrustfilets auf der Hautseite rautenförmig einritzen und mit den vorbereiteten Zutaten mischen. 4 El Olivenöl dazugeben und alles 4-5 Stunden, am besten aber über Nacht, abgedeckt marinieren.

2. Die Rote Bete abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Die Grapefruit mit einem schmalen scharfen Messer so schälen, dass alles Weiße entfernt wird. Die Grapefruitfilets aus den Trennhäuten lösen. Restliches Olivenöl und Himbeeressig mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker verrühren. Rote Bete und Grapefruitfilets vorsichtig unterheben und beiseite stellen.

3. Die Entenbrustfilets aus der Marinade nehmen und ohne zusätzliches Fett in eine kalte Grillpfanne geben. Bei mittlerer bis starker Hitze auf der Hautseite 7-8 Minuten grillen, mit Salz und Pfeffer würzen und wenden. Auf der Fleischseite weitere 2-3 Minuten grillen. In Alufolie gewickelt 3 Minuten ruhen lassen. In Scheiben geschnitten mit der Sauce servieren, nach Geschmack nochmals mit Pfeffer würzen.

Dazu passt Feldsalat.

Zubereitungszeit 30 Minuten (plus Marinierzeit)