

# Ente mit Ingwer, Honig, Limone und Feigen

Für 4 Personen

## Zutaten:

2 schöne Entenbrüste

2 Esslöffel Akazienhonig

1 Esslöffel geriebener Ingwer

1 Esslöffel Butter

1 Zimtstange

4 Feigen

2 Chicorée

1 brauner Geflügelfond

Abrieb und Saft einer Limone

Zucker, Salz und Pfeffer

## Zubereitung:

Die Entenbrüste auf der Hautseite mit einer Gabel aufrauen, dann mit einem Messer Rauten in die Haut schneiden. Salzen und pfeffern. In einer kleinen Pfanne den Honig erhitzen, den Ingwer dazu geben und die Brüste mit der Haut nach unten anbraten (ca. 3 Minuten).

Dann wenden. 1 Minute weiter braten und auf einen Rost legen. Haut nach oben und im Ofen 8 Minuten bei 180 C° ziehen lassen.

Zwischendurch die Feigen einschneiden, mit Zucker und Butter bestreuen und ein Stückchen Zimtstange hineinstecken. 5-6 Minuten bei 180 C° im Ofen garen lassen.

Als Beilage gibt' s dazu gebratenen Chicorée. Den schneide ich nur in Scheiben und brate ihn goldbraun in Butter mit etwas Zucker und Salz.

Für die Soße:

Den Geflügelfond reduzieren, etwas Ingwer, Limettenabrieb und Limettensaft dazu geben. Mit dem Honig aus der Pfanne abrunden, nochmals etwas reduzieren- fertig!