

Fenchel-Schaumsuppe mit Entenbrust

Von: Beate Rothärmel

Portionen: 4

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Kochzeit: s. Zubereitung

Zubereitung

Schalotten schälen und klein schneiden. Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Stücke schneiden. Fenchel putzen und waschen. Von 1 Knolle 4–8 feine Scheiben für die Deko abschneiden. Rest Fenchel klein schneiden. Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten, Kartoffeln, Fenchelstücke und Fenchelsamen darin unterrühren andünsten. Wein und 600 ml Brühe zugießen. Aufkochen und zugedeckt ca. 20 Minuten weichkochen.

Backofen vorheizen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C/Gas: s. Hersteller). Entenbrust auf der Hautseite kreuzweise einschneiden, dabei nicht ins Fleisch schneiden. Mit der Hautseite nach unten in eine kalte Pfanne legen. Bei mittlerer Hitze ca. 8 Minuten goldbraun braten. Filet wenden und auf der Fleischseite ca. 2 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Haut nach oben in eine ofenfeste Form legen. Im heißen Ofen 8–10 Minuten garen. Herausnehmen und ca. 5 Minuten zugedeckt ruhen lassen.

Nüsse grob hacken. Entenbrust in dünne Scheiben schneiden. Suppe fein pürieren, dabei Sahne untermixen und eventuell etwas Brühe bis zur gewünschten Konsistenz zugießen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und durch ein feines Sieb gießen. Mit Fenchelscheiben, Entenbrust und Nüssen in Suppenschalen anrichten, das Fenchelgrün darüberstreuen. Nach Belieben mit Olivenöl beträufeln.

Einkaufsliste

3 Schalotten
400 g Kartoffeln
2 Fenchelknollen (à ca. 250 g)
1 TL Fenchelsamen
1 EL Butter
250 ml trockener Weißwein
ca. 600 ml Gemüsebrühe
1 Entenbrustfilet (ca. 350 g)
Salz, Pfeffer
50 g Erdnüsse mit Wasabi
150 g Schlagsahne
evtl. 1 EL gutes Olivenöl zum
Beträufeln