



Ente gebacken , Asia-Gemüse, gebratener Reis

Dazu Hoisin-Soya Sauce a la Mode du Chef

Rezept für 4 Personen

2 Entenrücken gekocht (tiefgekühlt)
Maizena
Chinagewürz
Reiswein
Soya
Sambalolek
2 Karotten (gross)
1 Stange Lauch
1 Zucchini
5 Tomaten (fest) und 1 kleine Gurke (Garnitur)
2 Chalotten
200g Lankornreis (Basmati)
2 Eier
1 /2 Liter Erdnussöl zum, frittieren.

Zubereitung

5 Rüebl und Zucchini Gebilde anfertigen

5 Nektarinenrosen anfertigen (Dessert)

Ente:

Gekochte Entenrücken mit Maizena bestäuben.

In heissem Erdnussöl ca. 10 Minuten backen. In der halben Zeit drehen, damit beide Seiten knusperig werden.

Mit Elektromesser Scheiben schneiden.

Sauce:

3 EL Soya und 1 TL Sambalolek mit 2 TL Honig und 1 ½ TL Hoisinsauce mischen.

Gebratener Reis mit Gemüse:

Langkorn Reis kochen, in kaltem Wasser abschrecken. Beiseite stellen.

Alles Gemüse in feine Streifen schneiden

Pfanne erhitzen. Etwas Erdnussöl reingeben.

Das Gemüse Pfannenrühren. Etwas Soyasauce begeben. Mit Chinagewürz abschmecken.

Gebratener Reis:

Etwas Erdnussöl in die heisse Pfanne (Wock) geben.

Eier aufschlagen , dazugeben (rühren wie Rühreier.)

Lauch und Rüeblstreifen dazu geben und anbraten.

Reis dazugeben.

Mit etwas Reiswein ablöschen.

Zum Schluss wenig Sesamöl darüber träufeln.

Das ganze auf Teller anrichten. Mit einer Gurken- und Tomatenrose garnieren.