

**Autor:** Heiko Antoniewicz  
**Zubereitungszeit:** 30 Minuten  
**Garzeit:** 30 Minuten



## Zutaten

Für 4 Personen

### Entenbrust (Sous Vide):

4 Entenbrüste weiblich  
4 breite Zesten von der Orange  
4 Zweige Rosmarin

### Orangen:

2 Orangen  
2 Zweige Rosmarin  
1 Knoblauchzehe angedrückt  
30 ml Olivenöl

## Zubereitung

### Entenbrust (Sous Vide):

Die Entenbrust parieren und auf der Hautseite kreuzweise einschneiden. Mit den weiteren Zutaten vakuumieren und bei 56 °C im Wasserbad des **fusionchef** 30 Minuten Sous Vide garen. Die Brust auf der Hautseite kross braten und nur kurz in der Pfanne umdrehen. Leicht salzen. Den Sud aus dem Beutel kurz mit der Sauce verkochen.

### Orangen:

Die Orangen filetieren und den Saft auffangen. Olivenöl erhitzen und Knoblauch mit Rosmarin darin ausziehen lassen. Die Orangenfilets darin einlegen und leicht zerfallen lassen. Den Knoblauch und Rosmarin vor dem Servieren herausnehmen.

Dazu empfehlen wir: ZucchiniGemüse und dunkle Sauce