

**Die Asiatische Küche!** Rezept/Foto: *deutsches-gefluegel.de*  
ESSEN & TRINKEN *liveMagazin* Jan-Feb 2016

## Wasabi-Ente

aus dem Wok

### Zutaten (für 4 Personen):

1 Entenbrustfilet (à 300 g), 4 Möhren, 100 g  
Zuckerschoten, 50 g Sojasprossen, 1 TL  
Speisestärke, 1 EL Sojaöl, 50 ml Sake (Reiswein),  
150 ml Entenfond (aus dem Glas), 1 TL Wasabi-  
Paste, 3-4 EL Sojasoße, Salz, Pfeffer, einige  
Korianderblättchen



### Zubereitung:

Die Haut von der Entenbrust lösen und klein würfeln. Entenbrust in dünne Scheiben schneiden. Möhren schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Zuckerschoten abbrausen und putzen, Sojasprossen abspülen. Entenbrust mit Speisestärke überpudern. Einen Wok trocken erhitzen. Die gewürfelte Entenbrusthaut darin knusprig braten. Mit einer Schaumkelle herausnehmen und auf Küchenpapier zum Abtropfen geben. Warm stellen. Sojaöl in den Wok geben und die Entenbrust darin anbraten. Fleisch an den Rand schieben. Möhren in die Mitte geben und 2-3 Min. unter Rühren braten. Möhren ebenfalls an den Rand schieben. Zuckerschoten in die Mitte geben und 1-2 Min. braten. Sojasprossen zufügen, alles mischen und mit Sake ablöschen. Entenfond angießen und die Wasabi-Paste einrühren. Mit Sojasoße, Salz und Pfeffer abschmecken und alles noch 2-3 Min. ziehen lassen. Korianderblättchen unterziehen und mit den knusprigen Entenhautwürfeln bestreut servieren.

*Rezept/Foto: deutsches-gefluegel.de*