

Vorgeschlagen von: am Mi 04 Mär 2009 18:34:04 CET

Beschreibung

Zutaten

1 Ente (ca.2 kg), Salz, Pfeffer, Oregano, Thymian, 250g Porree, 250g Sellerie, 250g Möhren, 1 Apfel, Cocosfett, 2 Zwiebeln, Petersilie, Speisestärke, 0,5 l Landbier

Zubereitung

Die Ente innen und außen mit Salz, Pfeffer, Oregano und Thymian einreiben. Porree, Sellerie, Möhren und den Apfel kleinschneiden, die Hälfte davon in die Ente geben, verschließen, in Cocosfett anbraten und herausnehmen. Zwiebelwürfel, gehackte Petersilie im Bratfett andünsten und mit Bier und 1 Tasse Wasser aufkochen lassen. Die Ente darin 60-70 Minuten schmoren lassen, mehrmals begießen. Soße mit Speisestärke binden.

Anmerkungen

Zubereitungsdauer	5 Min	Schwierigkeit	ganz einfach
Portionen	eine Portion	Sonstige Menge	
Land/Region		Kosten	
Vegetarisch	0	Laktose frei	0
Diabetisch	0	Gluten frei	0
Kilo-Kalorien		Kilojoule	
Fettgehalt		Broteinheiten	
Eiweiß		Kohlehydrate	