

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

Zubereitungsduer	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	