

RECEPT VAN DE MAAND

Oktober 2010 – Gure herfstdagen vragen om gezellige dinertjes binnenshuis. Het frisse en lichte maakt plaats voor warme smaken en dat beetje extra vet in de maaltijden, och, dat helpt ons de koude dagen door. Deze maand in de hoofdrol een klassiek herfstgerecht:

Magret de canard à l'orange avec rösti & blette

Eendenborstfilet in sinaasappelsaus met rösti en snijbiet

Voor 4 personen:

- 2 eendenborstfilets
- 4 stengels snijbiet
- 4 grote aardappelen
- ½ liter sinaasappelsap
- 100 gram suiker
- Olijfolie om in te bakken
- 2 sinaasappels, geschild en in stukken gesneden
- 400 ml bruine fond



In de Esprit Montagne keuken maken we natuurlijk onze eigen fond. Dit gaat altijd in grote hoeveelheden, met liters tegelijk. Wanneer je slechts voor vier personen een saus wilt maken, ben je qua tijd en geld beter af met een kant-en-klare bruine fond uit de winkel.

1. Snij de eendenborst op de vetkant kruislings in, zonder het vlees te raken.
2. Snij het groen van de snijbiet fijn, bak aan met een beetje peper en zout en laat afkoelen.
3. Verdeel de witte stengel van de snijbiet in twee gelijke stukken, kook de vier stukken 2 minuten en haal ze uit de pan.
4. Schil, was en rasp de aardappelen. Breng op smaak met peper en zout.
5. Verwarm een koekenpan met olie en leg hier vier hoopjes aardappelrasp in. Druk deze aan tot mooie cirkeltjes en bak beide kanten goudbruin.
6. Doe het sinaasappelsap en suiker in een steelpan en laat het al roerend inkoken tot het stroperig is. Voeg dan de bruine fond en de sinaasappels in stukjes toe. Laat 2 minuten inkoken, mix en zeef de saus. Houd de saus warm.
7. Verwarm de oven voor op 180 graden en leg de röstirondjes en de witte snijbiet klaar op een bakplaat met ovenpapier. Bestrooi de snijbiet met peper en zout en besprenkel met olie.

8. Verwarm een pan om hoog vuur, leg de eendenborstfilet met de vetkant naar beneden in de pan. Temper het vuur wat en laat de filets bakken. Giet tussendoor het overtollige vet uit de pan. Strooi wat zout en peper over de vleeskant van de eend en bak die kant ook even aan.
9. Plaats de rösti en snijbiet en de pan met de eendenborstfilets (met de vetkant naar boven!) in de warme oven. Haal na 6 minuten de eend uit de oven en leg deze 3 minuten te rusten op een snijplank.
10. Snij de eend nu in dunne plakken, leg ze terug in de pan en zet de pan nog 1 minuut terug in de warme oven.
11. Haal de groenten intussen uit de oven, dresseer ze op het bord, leg de plakjes eend erbij. Voeg de koude, groene snijbiet toe en lepel een beetje sinaasappelsaus over of naast de eend.

Wijntip:

Wij drinken hier graag een volle, elegante rode wijn bij. We kiezen voor de Mondeuse "Vieilles Vignes" van [Domaine de Grisard in Fréterive](#). De wijn heeft vleugen van donker fruit, met een goed zuur en een lichte kruidigheid. We kiezen voor een fles uit 2006, waarvan we zeker weten dat het tanninegehalte in balans is.

Witte wijn liefhebbers, wees niet teleurgesteld. Canard à l'orange is ook uitstekend te combineren met een witte wijn. We adviseren te kiezen voor een witte wijn met een hoger zoet en zuur, wat goed samengaat met het sinaasappelaroma.

Denk eens aan Zwitserse Johannisberg "Feuergold" 2088 van [Les Fils Maye in Chamoson](#) of een Riesling Tradition Cave de Turckheim AOC 2008.

Smakelijk eten!