



Canard `a l'orange

Ingrediënten

- 1 jonge eend
- 3 – 4 el. olie
- 100 gr. boter
- 2 onbehandelde sinaasappelen
- 2 – 3 sinaasappellikeur
- ½ 1 sinaasappelsap
- 1 el honing
- zout
- vers gemalen peper

De eend met zout en peper inwrijven en bij circa 200 graden ongeveer 1 uur braden. Na 30 minuten sinaasappelsap, sinaasappellikeur en honing bij de eend doen. De eend elke 10 minuten met de vloeistof begieten het aroma in het vlees indringt en de huid lekker knapperig wordt. Na afloop van de gaartijd de eend uit de pan nemen en warm wegzetten. De saus de helft inkoken tot het een siroopachtige substantie wordt. De boter bij de saus doen. De eend met een deel van de saus en met basilicum en sinaasappelplakjes gedecoreerd serveren.

De rest van de saus apart serveren. Lekker met wortels en champignons, zilveruitjes en gegratineerde aardappelen.

Opties: vervang de saus en gebruik de orange-Chudney.

Eenden filets met honing-tijmsaus en graanjenever

Ingrediënten

- 4 eenden filets
- 250 cl bruine fond
- 10 cl. jenever
- 5 cl rode porto
- ¼ witte kool
- 250 gr gerookt spel
- aardappelzetmeel
- 5 cl rode wijnazijn
- peper en zout
- tijm
- 2 el honig
- nootmuskaat

Voor de saus: 2 eetlepels honing met een scheutje water lichtjes laten karamelliseren. Dit afblussen met de rode wijnazijn en de porto, even laten inkoken en de fond erbij doen samen met de verse tijm. Op smaak brengen met peper en zout. laat de saus voor 1/3 inkoken. De jenever erbij doen en de pan van het vuur nemen. Desgewenst lichtjes binden met de aardappelzetmeel. Snijd de kool in fijne reepjes, was ze en doe dit in een pan met boter een scheutje water erbij. Laat dit gaar worden op een zacht vuurtje (regelmatig omroeren). Het in reepjes gesneden spek even uitbakken en bij de kool doen. Op smaak brengen met nootmuskaat. De eenden filets bakken, eerst met de velzijde naar onder zodat het eendenvet snel smelt. Op smaak brengen met peper en zout. verdeel de witte kool over 4 borden,. Snijd de eenden filet in plakjes en leg dit in een waaier vorm op de kool. Giet de saus hierover heen. Serveer met in schijfjes gebakken aardappel in olie en boter.

Opties: vervang de saus en gebruik de cranberry-honing-Chudney.





Eenden filets met zwarte bessensaus

Ingrediënten

- 4 eenden filets
- 2,5 dl. room
- 1 scheutje crème de cassis
- gr. Zwarte bessen
- 100 gr. champignons
- peper en zout
- lente uitjes

Snijd de velzijde van de eenden filet kruislings in en bestrooi de vleeskant met peper en zout. Leg de eenden filets met de velzijde naar onder in een ruime pan en laat het vet op een matig vuur smelten. Draai het vlees om en schroei de andere kant dicht. Schenk het vet uit de pan. Was intussen de bessen en laat ze goed uitlekken. Snijd de champignons in dunne plakjes en de lente-uitjes in ringen. Voeg driekwart van de bessen, de champignons en lente-ui bij het vlees in de pan en fruit het geheel een minuut. Schenk vervolgens de crème de cassis en de room in de pan en gaar het vlees nog zes minuten door. Neem het vlees uit de pan en houd het warm onder aluminiumfolie. Kook de saus op een hoog vuur in, pureer de saus met de staafmixer en schenk hem door een zeef. Breng de saus op smaak met peper en zout en roer de rest van de bessen door de saus. Snijd de eendenborst in dunne plakken en leg het vlees op warme borden. Schep de saus rond het vlees. Lekker met aardappelkroketjes en verse voorjaarsgroenten.

Opties: vervang de saus met de pruimen-chudney of gebruik de bramen-compote, cranberry-compote.

Meer recepten vindt u op www.franklangedijk.nl, voor de directe link scan de QR-code:

