KIKKOMAN

Ente Teriyaki mit Marinade im Ofen

Gesamtzeit **30 Min.** **30 Min.** Vorbereitungszeit

Nährwertangaben (pro Portion):
976 kJ / 232 kcal

Fett: **9 g** Eiweiß: **26 g**
Kohlenhydrate: **10 g**

ZUTATEN

4 Portion(en)

500 g	Entenbrust in Streifenn
5 EL	Kikkoman Teriyaki Wok Sauce mit geröstetem Knoblauch
	Fett zum Braten
200 ml	Orangensaft
20 g	Zucker
20 g	Senf
20 g	jeweils Rettich, Möhren, Sellerie, Gurken

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Entenfleisch ca. 20 Minuten in Teriyaki Marinade & Sauce marinieren. Dann in einer Pfanne mit Fett von beiden Seiten scharf anbraten und anschließend ca. 7 Minuten bei 180 Grad im Backofen garziehen lassen. In der Zwischenzeit Bratfond mit Orangensaft, Teriyaki-Enten-Marinade ablöschen, Zucker und Senf zufügen und einreduzieren lassen. Gemüse putzen, waschen und in ganz feine Streifen schneiden. Teriyaki-Ente dekorativ auf einem Teller anrichten, mit Orangensauce nappieren und Gemüsestreifen darauf verteilen.