



Hocras
40 JAAR!

Hoofd gerecht



Eendenborstfilet met feta.

Eendenborstfilet

met feta

Benodigheden

(Hoofdgerecht voor 4 personen)

Eendenborst:

720 gr eendenborstfilet

Koolpakketje:

40 gr groene kool

140 gr winterpeen

50 gr prei (fijn gesneden)

3 gr knoflookpulp

70 gr feta

1,5 gr komijnzaad

2 ml olijfolie

25 gr bruine amandelen
peper en zout naar smaak

Bataatfrites met sesam:

285 gr bataat (zoete aardappel)

3 gr gepeld sesamzaad

20 ml olijfolie

zout naar smaak

Honing-balsamicosaus:

10 ml honing

150 ml gevogeltefond

35 ml aceto balsamico gold

10 gr roomboter

Mise en place & handelingen

Blancheer voor het koolpakketje de groene koolbladeren kort in kokend water en spoel ze koud. Snij de wortel in fijne brunoise en glaceer de knoflook, prei en wortel in de olie. Voeg vervolgens het komijnzaad toe en eventueel een beetje water. Laat dit smoren, voeg naar smaak peper en zout toe en laat het afkoelen.

Brokkel de fetakaas fijn, hak de amandelen in kleine stukjes en meng dit door de groente. Leg de koolbladeren plat en verdeel hier het mengsel over. Vouw de bladeren tot slot dicht tot een pakketje.

Schil de bataat, snij ze en frituur ze voor. Laat ze dan even afkoelen en frituur ze voor een tweede keer. Laat ze uitlekken en strooi het sesamzaad erover.

Zet voor de saus de gevogeltefond op en monteer af met de roomboter. Voeg dan de honing en de balsamico toe.

Snij de vetkant van de eendenborst in en bak deze rondom goudbruin. Gaar het vlees verder in de oven (80 °C, kerntemperatuur 55 °C).

Bordopmaak

Leg het koolpakketje op vetvrij papier ca. 12 minuten in de oven op 140 °C. Dresseer het pakketje en de gefrituurde bataatfrites vervolgens op het bord.

Plaats de eendenborst hiernaast en schenk hier wat saus over.

Kritiek punt: let op dat de eendenborst rosé blijft.

Hocras B.V.

Franse Kampweg 38

Bussum

T 035 69 79 777

E info@hocras.nl

W www.hocras.nl



Hocras