Aurélie Bastian
FRANZÖSISCH KOCHEN

Rezept online aufrufen



LASAGNE MIT ENTEN-CONFIT & PFIFFERLINGEN UND DAS BASIS-REZEPT FÜR BECHAMEL SAUCE (FAQ)

ZUBEREITUNG: 30 MIN. · KOCHZEIT: 20 MIN. · BACKZEIT: 40 MIN.

Am Sonntag gibt es bei uns nicht immer einen Braten! Letztes mal gab es auch mal Lasagne, aber nicht die italienische Variante... sondern mit einem typischen Französischen Touch! Mit Confit de Canard (selbstgemacht) und Chanterelles (Pfifferlingen). Eine perfekte herbstliche Speise und noch eine Idee mehr für euch, wie man Enten Confit zubereiten kann. Denn oft wird mir gefragt:
Welches Rezept kann ich bloß mit Enten Confit zubereiten??

Es ist immer eine schwierige Frage, finde ich. Enten Confit an sich, ist super lecker. Aber es ist eher kompliziert damit ein anderes Rezept als Cassoulet oder einfach in den Backofen zu rösten zu zaubern. Ich finde es sehr lecker in **Quiche** oder noch als **Parmentier**.... aber dafür bleibt das Prinzip gleich: den Enten Keule auseinander nehmen und das Fleisch zerdrücken (die Faser auseinander ziehen!).

Da hat man eine Fleischmasse, die mich sehr an Hackfleisch erinnert. Diese verwende ich einfach wie Hackfleisch in einem **Auflauf** oder einer **Quiche**. Heute war die Idee, es mit Pilzen und Birnen zu kombinieren.

Für die Sauce habe ich einfach ein **Bechamel Sauce** gemacht! Und da höre ich euch schon vor eurem Computer: " Was Bechamel? Viel zu kompliziert!!!". Aber NEIN. Bechamel Sauce mache ich seit ich 12 Jahre alt bin. Das war mein erster richtiger Einsatz in der Küche. Ich war damals sooo fleißig und geduldig („echt!") dass ich es immer perfekt hinbekommen habe, schön cremig ohne Klumpen (also die kleinen Stückchen drin).

Ich hatte mal in einer Kochsendung gesehen, dass der Koch die Bechamel Sauce zubereitet hatte, und dann Stolz wie Oscar (ja, ich habe wieder etwas gelernt! □□) die Sauce durch ein Sieb passierte, um die Klumpen zu entfernen! Na, das ist ja wohl nicht dein Ernst! Also wenn man eine Béchamel Sauce richtig macht, braucht man (und sollte man es nicht) sie durch ein Sieb geben müssen.

Dafür teile ich heute mit euch mein kleines Geheimnis für eine **perfekte Bechamel Sauce**: Geduld und Aufmerksamkeit! Die Béchamel kann man einfach NICHT so köcheln lassen. Sie braucht Zeit und jede Minute Acht.

Was ist eine Bechamel Sauce?

Die Bechamel ist auf Basis einer Mehlschwitze: „Tant pour Tant" zwischen Mehl und Butter. Es kommt also in einem warmen Kochtopf genau so viel Butter wie Mehl.

AAAAber, es kommt erst mal die Butter. Sie sollte schmelzen und dann kommt das Mehl.
Ab diesem Moment hier habt 2 Möglichkeiten: entweder das Mehl leicht anrösten zu lassen, um ein nüssiges Aroma zu bekommen, oder es direkt mit ein bisschen Milch abzulöschen, um die Sauce anzufangen.

Und hier liegt das Geheimnis einer perfekten Bechamel Sauce:

- Man sollte den Herd nicht zu heiß haben so, dass die Mehl-Butter Mischung nicht auf dem Boden des Kochtopfs kleben bleibt.
- Die Milch nicht auf einmal geben sondern immer nach und nach sobald die Creme dicker wird eingießen.
- Warme Milch mischt sich besser (ohne Klumpen) als kalte Milch. Aber wenn man Zeit hat, funktioniert es auch sehr gut mit kalter Milch.
- Ständig rühren!!! NIE aufhören zu rühren sonst senkt sich die Sauce und sie brennt an dem Boden des Kochtopfs.
- **Würzen**: Salz-Pfeffer und Muskatnuss. Nichts mehr, aber auch nichts weniger. Eine echte Bechamel Sauce wird mit Muskatnuss abgeschmeckt.
- Direkt nach der Zubereitung, die Sauce weiter verarbeiten oder servieren. Beim Abkühlen bildet sich eine Haute auf der Sauce.

Die Bechamel Sauce ist eine Basis Sauce in der Französischen Küche. Wenn Ihr sie zubereiten könnt, könnt Ihr auch super einfach herzhafte Soufflés, Bouchées à la reine, Quenelles de poisson, Blanquette de veau zaubern….

Also heute geht es um Lasagne, und so geht’s:

Zutaten für Lasagne mit Enten-Confit :

4-5 Personen

2 Keulen Enten-Confit, 1 Birnen, 1 kleine Zucchini, 250 g Pfifferlingen, 2 Schalotten, Lasagne Nudelblätter, Reibekäse

Zutaten für die Bechamel Sauce:

30 g Butter, 30 g Mehl, 350-400 ml Milch, Salz, Pfeffer und Muskatnuss.

Die Bechamel Sauce:

1- Die Butter schmelzen…

das Mehl dazu geben und rühren…

…bis es eine Paste entsteht.

2- Jetzt nach und nach kleine Portionen an Milch geben und rühren. Die Paste wird sich mit der Milch mischen und immer cremiger werden. (Das Ganze passiert aber auf dem Herd, mittlerer Stufe! Für die Fotos musste ich es wegnehmen!)

So sieht es nach dem ersten Rühren aus:

3- Dann immer auf dem Herd, die restliche Milch peu à peu eingegeben und immer weiter gerührt bis die Creme schön Cremig und dickflüssig wird (siehe Foto):

Dann kommen Salz, Pfeffer und Muskatnuss rein und es wird noch einmal auf dem Herd gerührt.

Jetzt kann die Sauce weiter verwendet werden.

Fleisch :

In eine Pfanne den klein geschnittene Schalotte mit etwas Butter anbraten und dann den Fleisch Fasern dazu geben. Kurz braten. Auf die Seite stellen.

Die Gemüse:

Die Pilzen putzen und klein schneiden.
die Zucchini in kleine Stückchen schneiden und kurz mit etwas Butter in der Pfanne mInuten köcheln.

Lasagne:

Die Keulen Enten-Confit auseinander nehmen. Die Zucchini in kleinen Stückchen schneiden. Die Birne schälen und auch in kleinen Stückchen schneiden. Die Pilzen putzen.

Die Lasagne Blätter vorkochen (wenn nötig, aber ich mache es immer, so spare ich mir Zeit in dem Backofen!)

1- In einer Auflaufform etwas Bechamel Sauce geben.

Dann etwas Lasagne Blätter drauf legen. (hier gebe ich immer 3 EL Milch dazu so, dass die Nudeln nicht auf dem Boden der Auflaufform kleben bleiben).

Auf die Nudeln das Fleisch geben ….

dann die Birnen,

und die Zucchini und Pfifferlingen.

Wieder mit Sauce Béchamel übergießen.

Und jetzt geht es einfach weiter wie bei allen Lasagne Rezepten: Nudeln, Fleisch, Gemüse, Sauce und so weiter ...

Am Ende tue ich noch ein bisschen Käse drüber (muss aber nicht sein, aber mein Sohn mag es so gern ……).

Dann nur noch bei 190-200°C für 30-35 Minuten in den Bakofen schieben.

Et voilà, ich hoffe Ihr habt wieder mal was gelernt und ich wünsche euch viel Spaß beim Nachbacken (ohne Sieb bitte für die Bechamel Sauce!) und selbstverständlich Genießen.

Die Enten-Confit Lasagne war auf jedem Fall vorzüglich ….

BISOUS und bon Dimanche

Hat es dir und deinen Gästen geschmeckt? Dann gib die Quelle gern weiter.

Dieses Gericht stammt aus einem Rezept von
Aurélie Bastian
www.franzoesischkochen.de