Aurélie Bastian
FRANZÖSISCH KOCHEN

Rezept online aufrufen



CASSOULET AU CONFIT DE CANARD GANZ EINFACH SELBSTGEMACHT

ZUBEREITUNG: 45 MIN. · KOCHZEIT: 2 STUNDEN · BACKZEIT: 45 MIN.

Das Cassoulet! Ganz viele trauen sich an diese Speise nicht, weil es anscheinend sehr kompliziert sein sollte. Aber eigentlich war es eher ein großer Eintopf, den man Stunden lang köcheln lässt und ab und zu mal rührt. Es ist sehr bodenständig und rustikal … wieder eine Speise wie ich sie liebe. Einfach, authentisch und lecker!

In Frankreich findet man alles, was man dazu braucht an Fleisch und Wurst: Confit de Canard, Saucisse de Toulouse, épaule de Porc und Jarret de Porc. Diese Delikatessen hier in Halle zu finden ist leider schwieriger. Ich lasse mich aber nicht einschüchtern und finde Alternative für mein selbstgemachtes Cassoulet in Deutschland. Es ist also nicht das „Original“ Rezept für Puristen, sondern meine Variante.

Den Confit de Canard (Entenconfit) habe ich aus meine Online Shop, aber dieses kann man auch sehr wohl selber zubereiten: hier habe ich einen Artikel ganz detailliert geschrieben, wie man Confit de canard selber macht. Wichtig für das Cassoulet: das Entenfett aufbewahren, das braucht man für das Rezept .

Bei den Saucisses de Toulouse und den Fleischstücken ist es schwieriger. Im Grunde genommen sollte es einfach Schweinefleisch und Würstchen sein. Wir haben uns für Kassler und Wiener entschieden, da diese, die einzigen Würsten sind, die ich selber esse. Jeder kann aber selber variieren, wie er mag.

Die weißen Bohnen sollten frisch sein, und aufgeweicht, aber ich war faul und habe direkt die in der Dose genommen. So spare ich 12 Stunden Arbeit! Ich möchte auch etwas anders tun, als in der Küche zu stehen □□ .

Ich habe extra für euch ein kleine Live auf Instagram gemacht, um euch zu zeigen, was Confit de canard ist, und wie man es ein einfachstes Zubereiten kann. Wie zum Beispiel als klein schnelle Version dieses Cassoulet Rezept. Viel Spaß beim Zuschauen!

Zutaten für ein Cassoulet au confit de canard ganz einfach selbstgemacht für 4 Personen:

2 Confits de Canard (Entenbrust bei mir) (dazu Minimum 4 EL Entenfett), 3 Scheiben Schinkenspeck, 4 dicke Scheiben Kassler, 4 dicke Wiener Würsten (oder was ihr lieber esst), 2 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehe, 2 Nelken, 1 Lorbeerblatt, 800g -1kg weiße Bohnen, 1 Dose geschälte Tomaten, 2 Möhren, 2 Toastbrotscheiben krossgebraten (oder 4-5 EL Paniermehl), Pfeffer.

1- In einer großen Pfanne die Entenbrüste auf der Hautseite anbraten, um das Fett zu lösen. Dann das Fleisch herausnehmen, die Haut entfernen, das Fleisch in groben Stücken brechen und anbraten. Danach auf die Seite stellen.

2- In dergleichen Pfanne mit dem Entenfett, den Kassler, den Speck und die Würstchen kurz

anbraten …. (ich habe die Würstchen und Speck auch in groben Stückchen geschnitten). Auf die Seite stellen.

3- immer in dergleichen Pfanne, mit dem Rest Fett, die in Würfel geschnittenen Zwiebeln und zerdrückten Knoblauchzehe anbraten. Dazu noch 1 TL Piment d'Espelette, Nelke und Lorbeerblatt geben und auch anbraten.

Die abgetropften weißen Bohnen mit den geschälten Tomaten mit in die Pfanne geben … Die Möhren in ganz kleinen Stückchen schneiden und mit einrühren…. Mit etwas Wasser (ungefähr 250 ml) ablöschen. 10 Minuten köcheln lassen. Die Flüssigkeit sollte fast komplett verdampft sein. Noch ein bisschen Pfeffer und Piment d'Espelette zum Würzen geben ….

4- Die Bohnen Pfanne in eine große Auflaufform geben, das Fleisch dazu packen und umrühren. Die Toastbrotscheiben in kleinen mini Stückchen schneiden, und auf die Seite stellen.

Die Form jetzt in den Backofen platzieren (bei 200°C) für 30 Minuten und alle 10 Minuten umrühren. Die 10 letzten Minuten das Paniermehl oder die Toastbrotstückchen darauf bestreuen und nicht mehr umrühren.

Et voilà! Dazu noch einen guten Rotwein (Madiran bei uns) oder einen frischen Weißwein … wie es jeder mag.

Uns hat es sooo gut geschmeckt, dass wir alles aufgegessen haben. Wir waren pappsatt danach … ja, es war kein traditionelles Rezept, aber es hat uns richtig gut geschmeckt, egal was die Perfektionisten sagen □□

Bon Appétit und gros Bisous à tout le monde

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