Aurélie Bastian
FRANZÖSISCH KOCHEN

Rezept online aufrufen



ENTENTERRINE MIT ÄPFELN, CALVADOS UND 4-GEWÜRZEN

ZUBEREITUNG: 20 MIN. · BACKZEIT: 30 MIN.

Bonjour …. und Entschuldigung, ich weiß, ich habe seit gaaanz langem nichts mehr geschrieben, aber ich arbeite ganz fleißig an mein neues Buch!

Darüber werde ich bald berichten…. □□

Für die Wartezeit habe ich für euch ein kleines Terrine Rezept. Seitdem ich in Deutschland lebe, habe ich meine Essgewohnheiten etwas ändern müssen. Und das traditionelle „Abendbrot“ wurde auch bei uns ab und zu mal zum Thema. Es ist auch eigentlich ganz praktisch, nicht zu kochen und kleine „Schnitten“ zu essen. Aber nach einer Weile wird es oft langweilig. Käse , Salat …. ein bisschen „Wurscht“ für meinen Mann… aber für mich ist es schwieriger!

Ich habe mir also ein neues Terrine Rezept, also ein Brotaufstrich, ausgedacht. Ich liebe Enten-Rillette, aber es ist sehr Kalorienreich! Ich bin also bei den Enten geblieben und dabei ein bisschen Apfel, Gewürze und wie oft einen kleinen Schuss hinzugefügt!

Und wir immer, es war einfach lecker. À la francaise genießt man die Terrine mit einem Salat und „kleine saure Gurken“. Bei uns abends wird es mit Brot und ein bisschen Senf weggeputzt. Ich hatte 2 Portionen zubereitet, eine wurde direkt warm gegessen und die andere ein paar Tage später, kalt mit Salat. Un vrai régal !

Es ist wirklich ganz einfach, alles zusammen wiegen, zerkleinern und backen. Man muss aber sehr auf die Salz- und Gewürzmenge achten, sonst wird es zu salzig!

Tipp: als Material braucht man auch nur einen Fleischwolf. Die Terrine kann man in kleine Weckgläser backen oder in einer Cakeform, mit Alupapier abgedeckt.

Zutaten für 2 kleine Ententerrine mit Äpfeln, Calvados für 4 Personen :

350 g Entenbrust, 150 g Schweinerücken , 80 g Schinkenspeck, 60 g geschälte Äpfel, 60 ml Calvados, 7 g Salz und 2 g Pfeffer, 2 g “4-Gewürze“, 1 Schalotte

Utensilien: Fleischwolf, Porzellan Pasteten Form,

1- Das ganze Fleisch in den Fleischwolf geben.

2– Die Schalotte schälen und klein schneiden, sowie den Apfel.

3- Das Fleisch mit der klein geschnittenen Schalotte und 60 g Apfel mischen. Dazu kommen noch 60 ml Calvados, 7 g Salz, 2 g Pfeffer und 2 g „4-Gewürze“

4- Das Ganze in eine Terrineform tun und im Wasserbad 25 bis 30 Minuten bei 160 °C backen.

Falls Ihr noch ein Rezept für das Abendbrot braucht, versucht doch mal dieses… mit Gewürzen kann man improvisieren, traut euch doch mal!

Also guten Appetit und bis bald.

Bisous

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