

# Entenbrustfilet mit Mango-Pfeffer-Sauce

## Zutaten

(für 4 Personen)

2 Mangos

2 Entenbrustfilets, ca. 800 g

6 EL Olivenöl

4 TL Honig

2 EL Sesam

1 Pck. Saucenpulver für Geflügel, für 250 ml Wasser

4 TL Mangochutney

1 TL Pfeffer, grüner

2 TL Spicy's Honigpfeffer, gemahlen

Salz und Pfeffer

## Zubereitung

Die Mango schälen, entkernen und das Fruchtfleisch in Spalten schneiden.

Das Entenbrustfilet salzen und pfeffern.

In 1 EL heißem Öl das Entenbrustfilet auf der Hautseite knusprig anbraten, wenden, nochmals kurz anbraten und in eine Auflaufform legen. Dann das Entenbrustfilet im Ofen bei 200° C erst 15 Minuten backen. Den Honig und den Sesam verrühren, das Entenbrustfilet damit bestreichen und weitere 5 Minuten backen. In der Pfanne die Mangospalten im Bratenfett des Entenbrustfilets 1 bis 2 Minuten braten und warmstellen.

Die Geflügelsauce in der Pfanne laut Packungsanleitung jedoch mit 300 ml Wasser zubereiten und mit dem Mangochutney und dem Spicy's Honigpfeffer mischen. Die Entenbrust aufgeschnitten zusammen mit der Sauce und den Mangostücken servieren.

Dazu passen hervorragend Knödel.