Ente in Zitronensauce
Ning meng yū

Ente in Zitronensauce, auch bekannt als Ning meng yū, ist ein chinesisches Gericht, das durch seine einzigartige Kombination aus zartem Entenfleisch und einer erfrischenden Zitronensauce besticht. Der Geschmack ist eine harmonische Mischung aus süß, sauer und leicht würzig. Die Zitronensauce verleiht der Ente eine frische, zitrusartige Note, die das reichhaltige und saftige Fleisch perfekt ergänzt.

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 90 Minuten
Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 25 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
500 g Entenbrust mit Haut
2 Ei(er)
500 ml Pflanzenöl zum Frittieren
125 g Maismehl
½ TL Sesamöl zum Abschmecken

Für die Marinade
2 cm Ingwer
2 Frühlingszwiebel(n)
1 EL Reiswein
1 TL Salz

Für die Sauce
0.375 Liter Hühnerbrühe
2 EL Reiswein
3 EL Zitronensaft
1 ½ EL Zucker

Vorbereitung
Für die Marinade den Ingwer schälen, die Frühlingszwiebeln putzen und beides fein hacken. Etwa 2 Esslöffel Wasser, den Reiswein, das Salz, den Ingwer und die Frühlingszwiebeln zu einer Marinade verrühren. Das Entenbrustfleisch in 2 cm große Würfel schneiden, mit der Marinade mischen und abgedeckt etwa 1 ½ Stunden durchziehen lassen. Die Eier aufschlagen und gut verquirlen. Das Fleisch aus der Marinade nehmen und trocken tupfen.

Zubereitung
Das Öl erhitzen. Die Fleischwürfel einzeln in die Eier tauchen, im Maismehl wenden und im Öl goldbraun ausbacken. Die frittierten Entenstücke herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Für die Sauce die Hühnerbrühe mit dem Reiswein, dem Zitronensaft und dem Zucker mischen. Die Sauce zum Kochen bringen, dann die Hitzezufuhr reduzieren. Die Entenstücke in die Sauce geben und etwa ¼ Stunde köcheln lassen. Das Gericht mit Sesamöl abschmecken und auf einer vorgewärmten Platte servieren.

© 2026 coquina.de