



Frank's Eendenborstfilet

Ingrediënten

- 4 eendenborstfilets
- 50g suiker
- 1 sinaasappel
- 100ml rode wijn
- 300ml kippenbouillon
- 50g boter
- 500g snijbonen
- 2 takjes salie
- Olijfolie om in te bakken

Kerf het vet van de eendenborstfilets met een scherp mes kruislings in. Bak de eendenborstfilets circa 5 minuten op het vet, draai de eendenborstfilets om en bak ze nog twee minuten op de andere kant. Leg ze op een bord, dek losjes af met aluminiumfolie en laat circa 10 minuten rusten.

Karamelliseer de suiker in de pan waar de eend in is gebakken. Pers de sinaasappel erboven uit en schenk de wijn en de bouillon erbij. Laat de saus koken en bind de saus al roerend met de boter.

Verhit een scheut olie in een pan. Maak de snijbonen schoon en bak ze beetgaar in de pan. Pluk en hak de salie fijn en meng de salie door de snijbonen.

Meer recepten vindt u op www.franklangedijk.nl, voor de directe link scan de QR-code:

