



# FREY @ HOME

## Zubereitung Box 1

1. Das Schokoladenmousse gefroren auf einer Platte oder einem Teller anrichten.
2. Das Schokoladenmousse etwa 7 Stunden im Kühlschrank auftauen lassen.
3. 2 Liter Wasser in einem Topf aufkochen.  
*Mit Thermometer: 2 Liter Wasser in einem Topf auf 57 °C erhitzen.*
4. Die Entenbrüste und die Kartoffelknödel im Vakuumbbeutel in den Topf legen.
5. Die Schalotten-Rotweinsöße und den Rotkohl im Topf erwärmen.
6. Das Wasser einmal kurz aufkochen lassen und bei niedriger Hitze etwa 10-13 Minuten ziehen lassen.  
*Mit Thermometer: Bei konstanter Temperatur von 57 °C etwa 10-13 Minuten ziehen lassen.*
7. Die Beutel aus dem Wasser nehmen.
8. Die Entenbrüste auspacken, auf Zewa legen und abtupfen.
9. Bestenfalls in einer Pfanne auf mittlerer Hitze in etwas Öl von beiden Seiten kurz anbraten.
10. Den Rotkohl und die Kartoffelknödel auf den Tellern anrichten, die Entenbrüste 3 mal leicht schräg durchschneiden und den Teller legen.
11. Mit der Schalotten-Rotweinsöße garnieren.

**Guten Appetit!**