



# FREY @ HOME

## Zubereitung Entenbrust

1. 2 Liter Wasser in einem Topf aufkochen.  
*Mit Thermometer: 2 Liter Wasser in einem Topf auf 57 °C erhitzen.*
2. Die Entenbrust im Vakuumbbeutel in den Topf legen.
3. Das Wasser einmal kurz aufkochen lassen und bei niedriger Hitze etwa 8-10 Minuten ziehen lassen.  
*Mit Thermometer: Bei konstanter Temperatur von 57 °C etwa 20-25 Minuten ziehen lassen.*
4. Die Entenbrust auspacken, auf Zewa legen und abtupfen.
5. Bestenfalls in einer Pfanne auf mittlerer Hitze in etwas Öl von beiden Seiten kurz anbraten.

**Guten Appetit!**