



Andesalat med orangesauce



2 personer



50 minutter



Oktober 2026

Ingredienser:

- 2 stk andebryst
- 2 spsk flydende honning
- 4 spsk smagsneutral olie
- 1 tsk kardemomme
- ½ tsk kanel
- ½ tsk allehånde

Salat:

- 90 gr rucola
- 2 nektariner
- 2 appelsiner
- 10 valnødder
- Bredbladet persille
- 2 røde æbler
- Salt/peber

Orangesauce:

- 4 appelsiner
- 1 stjerneanis (tørret)
- 6 spsk rørsukker
- 50 gr koldt smør

Start med at rengøre andebryst og dup dem tørre med køkkenrulle. Bland honning og olie med de tørre krydderier, i en lille skål, og smør kødet godt ind i marinaden.

Giv andelår 12 minutter på skindsiden (start på en kold pande). Vend, tilsæt en klat smør og giv kødsiden 5 minutter. Lad kødet hvile 10 min og skær ud.

Salat: Skyl æbler og nektariner - skær i slices. Hak valnødder. Skær skræl af appelsinerne og udstik appelsinfileter (uden skind) med en kniv. Skyl rucola og persille, hvis du ikke har købt det klargjort og fordel det hele i 2 dybe tallerkener.

Orangesauce: Pres saften af de 4 appelsiner, og sigt pulpen fra, ved at hælde saften gennem en si. Kog saften med rørsukker, stjerneanis – og når det er reduceret efter cirka 20 minutter, fjerner du stjerneanis og monterer sauceen med koldt smør. Giv sauceen 5 minutter mere på svag varme, og den er klar.

Anret: Fordel orangesauce over salaten og læg andebryst ovenpå. Drys med persille, salt og peber.

Velbekomme & skål!



Find flere opskrifter fra Mama Brown på Instagram @mamabrown.dk

champagnekassen

CHAMPAGNE FOR ALLE

