

Vincent Klink

Donnerstag, 11. November 2010

## Gänsebraten mit Rotkohl, Rezept für 6 Personen

### Zutaten

#### Für die Füllung:

1/2 Toastbrot (aus der Bäckerei)  
1/8 l Milch  
1 Zwiebel  
150 g gekochter Schinken  
1 Herz und Leber der Gans  
Etwas Butter oder Olivenöl  
3 Eier  
2 EL Petersilie  
1 EL Majoran, gerebelt  
Etwas Salz, Pfeffer  
Etwas Muskatnuss



#### Für die Gans:

1 junge Gans, ca. 2,5 kg  
Reichlich Salz und grober Pfeffer  
1 Bund Röstgemüse (Zwiebel, Karotte und Sellerie)  
1 EL Mehlbutter (Butter und Mehl zu gleichen Teilen)  
1/4 l Rotwein (oder Fond von ausgekochten Gänsemägen, Zubereitung siehe unten)  
Etwas Pfeffer, Salz

#### Für den Rotkohl:

1/2 Kopf Rotkohl  
2 Schalotten  
30 g Gänseschmalz  
1 Lorbeerblatt  
1 TL grüner Pfeffer  
3 EL Apfelessig  
1/8 l kräftiger Rotwein  
1 Msp. Wacholder  
1 Nelke  
1 Msp. Piment  
Etwas Salz  
50 g Preiselbeerkonfitüre  
50 g Johannisbeerkonfitüre

### Zubereitung

Für die Füllung das Toastbrot entrinden und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Die Milch in einem Topf aufkochen und über die Brotwürfel geben. Mit einem Deckel zugedeckt etwas ziehen lassen. Zwiebel schälen und mit dem Schinken in Würfel schneiden. Die Innereien der Gans (Leber und Herz) ebenfalls fein würfeln und mit den Zwiebeln und dem Schinken in einer Pfanne mit etwas Fett anbraten. Eier in einer Schüssel verquirlen und mit der Innereien-Zwiebelmischung zu den Brotwürfeln geben. Petersilie waschen, trocknen und fein hacken, mit dem Majoran unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Für die Gans, die Gans möglichst am Vortag mit der Brustseite nach oben mit reichlich Salz und Pfeffer einreiben. Den Ofen auf 180 bis 200 Grad (Heißluft) vorheizen. Die Fettpolster der Gans mit einer Stricknadel oder großen Spießgabel anstechen. Die Flügel und den Hals entfernen und klein hacken. Die Füllung in die Gans geben und zunähen. Einen ausreichend

großen Topf oder Bräter mit klein gehackten Flügeln und Hals bedecken, ca. ein Zentimeter hoch mit Wasser füllen, die Gans darauf geben und für ca. 1,5 Stunden in den Ofen geben.

Die Gans zwischendurch mehrmals mit dem austretenden Saft übergießen und evtl. auch mal drehen.

Das Röstgemüse schälen bzw. putzen, in Würfel schneiden und nach ca. 1,5 Stunden ebenfalls in den Topf geben. Die Gans weitere 1,5 Stunden garen, dabei erneut mit dem austretenden Saft übergießen und das Röstgemüse und die Knochen vom Topfboden lösen. Wenn das Gemüse dunkel wird und zu rösten beginnt, sollte es mit etwas Wasser begossen werden.

Zum Gartest eine Stricknadel durch die dickste Stelle der Keule stechen und wenn sich diese leicht ein – und ausführen lässt, ist die Gans gar.

Die Gans aus dem Topf nehmen, auf eine Platte geben und im geöffneten Ofen ruhen lassen. Den Bratensatz durch ein Sieb passieren, in einen kleinen Topf geben, kurz (ca. 1-2 Minuten stehen lassen) und dann das Gänseschmalz abschöpfen. Den Bratensaft mit etwas Mehlbutter binden, Rotwein oder Fond der ausgekochten Gänsemägen dazugeben, aufkochen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Gans entweder mit der Geflügelschere zerteilen oder tranchieren und die Brüste entlang des Knochens abschälen. Die Füllung mit einem Esstöffel heraus stechen und mit dem Rotkohl als Begleitung servieren.

Für den Rotkohl, den Kohl vierteilen, vom Strunk befreien und in möglichst dünn hobeln, am Besten mit einem Hobel oder einer Aufschnittmaschine. Je feiner der Kohl geschnitten ist, um so kürzer wird die Garzeit, die ca. 30 Minuten beträgt.

Die Schalotten schälen, fein schneiden und in einem Topf mit etwas Gänseschmalz anrösten. Den Kohl, Lorbeerblatt, grob gestoßenen grünen Pfeffer, Apfelessig, Rotwein, gestoßene Wacholderbeeren, Nelke, Piment und etwas Salz zugeben und bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Währenddessen immer wieder das Unterste nach oben drehen. Nach ca. 15 Minuten die Konfitüren zugeben, 15 Minuten weiterkochen und mit geöffnetem Deckel mit hoher Hitze solange aufkochen bis der Saft reduziert ist. 1-2 EL Gänseschmalz unterrühren und mit Salz abschmecken.

Pro Portion: 1830 kcal / 7657 kJ  
41 g Kohlenhydrate, 88 g Eiweiß, 145 g Fett