



Kartoffel-Pauls Rezeptkiste

Kartoffel-Pauls ‚Gefüllter Gänsebraten‘

Zutaten:

- 1 Gans ca. 4 – 5 kg
- 3 - 4 Äpfel (z.B. Elstar)
- 100 g Mandelblätter
- 100 g Rosinen
- 1 Bund Majoran
- Salz, Pfeffer
- 200 – 250 ml Wasser
- Saft 1 Orange

Backzeit: ca. 5 Stunden, max. 160° Grad

Zubereitung:



Die Gans unter fließendem kaltem Wasser abspülen, mit einem Küchentuch sorgfältig trocken tupfen und anschließend innen und außen gut mit Salz und Pfeffer einreiben.

Die Äpfel für die Füllung in Viertel schneiden und entkernen. Die Mandelblätter kurz in einer Pfanne anrösten und anschließend zusammen mit den Äpfeln, den Rosinen und dem gehackten Bund Majoran in die Gans füllen. Nun die Gans mit Küchengarn oder Zwirn zunähen, damit die Füllung nicht herausfällt, die Gänsekeulen an den Rumpf binden und die Flügel mit Rouladenspießen am Rumpf feststecken oder ebenfalls festbinden.

Den Backofen auf ca. 160° Grad vorheizen. Das Wasser zum Kochen bringen und in die Fettpfanne geben und den Rost darüber schieben. Die Gans mit der Brust nach unten auf den Rost legen. Nach ca. 1 Stunden die Haut unterhalb der Flügel und Keulen einstechen, damit das Fett besser abfließen kann. Darauf achten, nicht in das Fleisch zu stechen.

Nach etwas zwei Drittel der Bratzeit die Gans auf den Rücken legen, ggf. das Fett in der Fettpfanne abschöpfen und ein wenig Wasser nachgießen.

10 Minuten vor dem Herausnehmen der Gans die mit dem Saft der Orange bestreichen. Nach dem Herausnehmen fünf Minuten ruhen lassen.

Währenddessen für die Soße den zuvor vom Fett getrennten Bratensatz aus der Fettpfanne in einen Topf umfüllen, mit etwas Mondamin andicken und abschmecken. Die fertige Gans vor dem Tranchieren ganz auf einer vorgewärmten, ggf. mit Salat und Orangenscheiben dekorierten Platte servieren.

Kartoffel-Paul wünscht
Guten Appetit!

Kartoffel-Paul Lieferservice: Tel.: 0 21 51 - 32 53 890
eMail: kartoffel-paul@arcor.de • www.kartoffel-paul-bringt.de

Inh.: Jürgen Paul Verstrepen • Tönisberger Str. 130 • 47839 Krefeld • Betr.-Nr.: 051140000

© Fotos: Kartoffelherz/uschi dreiucker/PIXELIO.de; Gänsebraten/Michael Franke/PIXELIO

