

Gänse Rezepte



Was Sie beim Zubereiten Ihrer Gans beachten sollten!

Aus meiner Praxis möchte ich mir erlauben einige Zubereitungshinweise zu geben.

Vorbereitung:

Innereien aus der Gans nehmen.
Gänsehals von Gans trennen.

Flügelenden (die zwei letzten Glieder) abtrennen um gleichmäßiges Garen und Bräunen zu erreichen.

Im Innern der Gans befinden sich seitlich zwei Fettpolster die von Hand leicht herausnehmbar sind. Ich lege dieses Fett auf den Boden des Gänsebräters und gebe dann die vorbereitete Gans mit der Brustseite nach unten in den Bräter – dadurch erspare ich mir jeden Zusatz von Wasser und habe das gesamte Gänsefett im ausgekochten Zustand für Brotaufstrich oder für das Anbraten von Kartoffeln oder Gemüse zur Verfügung.

Gans Innen salzen, pfeffern mit Beifuss würzen und gegebenenfalls füllen.

Braten:

Je nach Größe der Gans sollte die Bratzeit bemessen werden. Bei 4 Kilo 3,5 Stunden, bei 5 Kilo 4,0 Stunden. Ist die Gans ungefüllt, verkürzt sich die Bratzeit bis zu einer halben Stunde.

Die Brattemperatur beträgt bei Ober- und Unterhitze 200 ° C. Ich halte es für sehr wichtig, dass die Gans über die erste Hälfte der Bratzeit abgedeckt ist. Dadurch wird sie von innen her gar, wird nicht zu früh gebräunt und lässt sich beim Transchieren leicht von den Knochen lösen.

Nach der halben Bratzeit wird der Deckel oder eventuell die Silberfolie heruntergenommen und der Gänserücken mit kaltem Salzwasser oder Bier mit Salz bepinselt. Dadurch bekommt die Gans eine grosse Haut. Nach einer dreiviertel Stunde wird die Gans aus dem Bräter genommen und mit der Brustseite nach oben entweder auf den Bräterdeckel oder auf ein Backblech gelegt. Nun wird auch die Brustseite mit Salzwasser oder Bier

bestrichen. Damit die dünnhäutigen Schenkel nicht zu trocken werden, nehme ich die gekochte Haut vom Gänsehals und lege sie auf die Schenkel.

Übergießen oder einstechen der Gans ist nicht nötig.

Soße:

Um eine schmackhafte und ausreichend Soße zu erhalten kocht man den Magen, die Flügel, den Hals und Gemüse. Zusammen mit dem Bratenfond aus dem Bräter wird die Soße zubereitet.

Transchieren:

Das Fleisch haftet nicht mehr an den Knochen. Die Gans kann in 8 – 10 Portionen portioniert werden. Eine Brustseite ergibt 2 Portionen, ein großer Schenkel ergibt 2 Portionen und der Flügel gibt eine Portion. Der Rücken hat sehr wenig Fleisch.

Beilagen:

Rotkraut wird gerne als Gemüse zur Gans serviert. Als Besonderheit empfehle ich Ihnen ein kleines Glas eingemachte Kürbisse oder Heidelbeeren unter das Rotkraut zu mischen.

Beim Gänseessen wünsche ich Ihnen einen guten Appetit!



Im Folgenden haben wir noch einige Rezepte für sie zusammengestellt.

1. Ganz (s) nach Eichwälder Art

Zutaten:

1 Eichwaldgans (4kg)
Füllung:
500g Kastanien
125g Champions
Salz
100g Butter
2 Äpfel
Pfeffer
1 große Zwiebel
2 Eier
30g
Mehl
Beifuß
60g Brotwürfel
2 El.
Sahne
Herz und Leber der Gans

Zum Garnieren:

250g
Trauben

250g Kastanien
125g Champions
100g
Butter
4
Äpfel
Zucker, Salz
1 kl Glas Preiselbeeren

Beifuß

Die Kastanien kreuzweise einschneiden, kochen, schälen und passieren. Die fein gewürfelten Zwiebel in der Butter hellgelb werden lassen. Nun die Kastanien zugeben und durchbraten, sowie die in Scheiben geschnittenen Champions, Die Leber und das Herz. Zuletzt die gewürfelten Äpfel, den gehackten Beifuß, das Ei, sowie Salz und Pfeffer untermischen, und in die vorbereitete innen und Außen gesalzene Gans füllen. Nach dem Zunähen und Dressieren mit der Brustseite nach unten in die Bratpfanne legen, Hals und Magen dazu geben und im vorgeheizten Ofen unter häufigem Beschöpfen braten. Nach einer Stunde wenden und mit einer Nadel unterhalb der Keulen und an den Seiten die Haut anstechen. Fett abschöpfen. Die Gans noch zwei Stunden weiter braten. Die fertige Gans herausnehmen. Den Bratenfond mit Wasser aufkochen und auf ein viertel Liter auffüllen. Das Gänseklein aus der Soße herausnehmen und die Soße mit Mehl binden. Mit Salz, Pfeffer und Sahne abschmecken.

Bei den vier Äpfeln wird das Kerngehäuse entfernt und in die Öffnung Preiselbeeren gefüllt. In Stanniolpapier eingewickelt werden die Äpfel eine Stunde im Backofen mit gebraten und anschließend mit der Gans serviert. Desgleichen die in Butter gebräunten Trauben, Champions und die in Butter, Salz und Zucker gebräunten Kastanien.

Als Beilage empfehlen wir in Rotwein gedünstetes Rotkraut, Semmelknödel und eine Flasche Burgunder.

2. Gans mit Orangenfüllung

Für 6 Personen

1 Gans (ca. 4 Kg)

Salz, Pfeffer, Paprika edelsüß

Füllung: 4 Orangen 300 g säuerliche Äpfel 1 altbackenes Brötchen 1 Eßlöffel Rosinen 1 Eßlöffel gehackte Mandeln 2 Teelöffel Speisestärke ¼ l heißes Wasser Saft einer Orange	Sauce: 3/8 l Wasser abgeriebene Schale von ½ Orange Salz weißer Pfeffer 2 Teelöffel Speisestärke 2 Orangen 4 cl Orangenlikör
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Gans innen und außen abspülen und mit Haushaltspapier abtrocknen. Innen und außen mit Salz, Pfeffer und Paprika kräftig einreiben. Für die Füllung Orangen und Äpfel schälen. Orangen und Spalten und dann in Stücke schneiden. Äpfel halbieren, Kerngehäuse entfernen und achteln. Brötchen in einem Topf mit kaltem Wasser einweichen, bis es etwa die doppelte Größe erreicht hat. Ausdrücken, Rosinen mit kochendem Wasser überbrühen und abtropfen lassen. Orangen- und Apfelstücke, Rosinen und Mandeln mit dem ausgedrückten Brötchen mischen. Gans damit füllen und zunähen.

Gans in einen Bräter legen mit heißem Wasser übergießen und in den vorgeheizten Ofen stellen.

Bratzeit: 120 bis 150 Minuten

Elektroherd: 180 °

Gans hin und wieder mit Orangensaft bepinseln. Ausgetretenes Bratenfett abschöpfen. Die fertige Gans auf einer vorgewärmten Platte anrichten und warm stellen.

Bratfond mit 3/8 l Wasser loskochen und durch ein Sieb in einen Topf gießen. Abgeriebene Orangenschale rein geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aufkochen lassen. Speisestärke mit wenig Wasser anrühren und die Soße damit binden. Orangen schälen und in Spalten teilen. Einige zum Garnieren zur Seite legen. Die Orangenspalten in die Soße geben und noch mal bis kurz vom kochen erhitzen. Mit Orangenlikör abschmecken.

Gans mit Orangenspalten garnieren, Soße gesondert reichen.

Vorbereitung: 35 Minuten

Zubereitung: 150 bis 180 Minuten

Beilagen: Kartoffelkroketten und in Butter geschwenkter Rosenkohl

Getränk: Rheinwein

3. Pommerscher Gänsebraten

Zutaten für 4-6 Personen

1 Gans (4 Kg)
Salz, Pfeffer
200 g entsteinte Backpflaumen
500 g Äpfel
Beifuß
1 ½ Scheiben Schwarzbrot
0,1 l süße Sahne
1 Eßlöffel Mehl

Die Gans innen und außen kräftig salzen und pfeffern. Das Fett ablösen.

Die eingeweichten und abgetropften Pflaumen, die geschälten Äpfel, das geriebene Schwarzbrot und den Beifuß mischen und die Gans damit füllen.

Die Gans zunähen und mit der Brust nach unten in die Fettpfanne setzen.

Etwas heißes Wasser zugießen und im vorgeheizten Ofen bei 200° erst 1 ½ Stunden braten. Dann wenden und noch mal 1 Stunde braten.

Unter den Keulen mehrmals mit einem Hölzchen o. ä. einstechen, damit Fett austritt. In den letzten 15 Minuten mit Salzwasser bepinseln.

Den Bratensatz entfetten und mit kochendem Wasser auf 3/8 l ergänzen. Mit Sahne und Mehl binden, aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Beifuß würzen.

Dazu Kartoffelklöße

4. Münsterländer Gänseuppe

1 Gänsekeule (250 g)
1 Kg Gänseklein (Flügel, Hals, gesäuberter Magen und Herz)
1 Stange Porree
150 g Knollensellerie
2 Petersilienwurzeln
Salz
150 g Perlgraupen
1 ½ l Geflügelfond
100 g Creme Fraîche
etwa ½ l süße Sahne
je 1 Zweig Liebstöckel und Majoran
Weißer Pfeffer
Je 1 Eßlöffel gehackter Kerbel und Petersilie

Die Keule und das Gänseklein zusammen mit dem gewaschenen und geputzten Gemüse in Salzwasser etwa eine Stunde gar kochen. Dann das Fleisch herausnehmen , von den Knochen lösen und die Haut entfernen. Das Fleisch abkühlen lassen.

Die Perlgraupen abspülen und in dem Geflügelfond etwa 40 Minuten garen. Anschließend pürieren und mit dem Creme Fraîche, der süßen Sahne und den Gewürzzweigen kurz aufkochen. Die Kräuterzweige entfernen und die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Fleisch in mundgerechte Würfel schneiden und in die Suppe geben. Nochmals erhitzen und, mit Kerbel und Petersilie bestreut, servieren.

Als Beilage passt frischer Pumpernickel.

5. Sommerganssülze

1 Gans (ca. 2 Kg)
150 g Suppengrün oder Erbsen oder Spargelstücke
1 Bund Koriander
einige Blätter Beifuß
6 blanchierte Kalbsfüße
½ l Geflügelfond
½ l Weißwein
1 Tasse kleingehacktes Eis
2 Eiweiß
5 Pfefferkörner
Salz
6 Blatt Gelatine
100 ml Champagner

Die Gänsebrust auslösen, das Suppengrün waschen, putzen und grob zerkleinern, die Kräuter waschen und klein hacken. Alles mit den Kalbsfüßen in dem Geflügelfond und dem Weißwein in 30 Minuten weich kochen.

Die Gänsebrust herausnehmen, abkühlen lassen und in kleine Würfel schneiden. Den Kochfond erkalten lassen.

Das Fleisch der Gänsekeulen in kleine Würfel schneiden und mit dem Eis, den Eiweißen, den Pfefferkörnern und etwas Salz vermischen. In den Gänsefond rühren und alles bei geringer Hitze aufkochen. Den Schaum abheben. Anschließend vorsichtig durch ein Sieb passieren und abschmecken. Die eingeweichte und ausgedrückte Gelatine in die heiße Flüssigkeit geben, den Champagner unter das noch flüssige Gelee rühren. Die Fleischwürfel (Brustfleisch) in eine Schüssel füllen, das Suppengemüse in kleine Würfel schneiden und zu dem Fleisch geben. Das flüssige Gelee über das Gänsefleisch und das Gemüse gießen, die Sülze erkalten lassen.

Zum Servieren in Scheiben schneiden.

Als Beilage frisches Vollkornbrot mit Butter reichen.

Bon Appetite!