



Kochen mit allen Sinnen - Kochschule Bernau !

AHKO Einrichtungen GmbH
Schwanebecker Chaussee 12
16321 Bernau bei Berlin

&

Gasthaus Leiterwagen
An der Stadtmauer 15
16321 Bernau bei Berlin

Gans oder Ente mit Apfelrotkohl und Kartoffelklößen

Gans oder Ente

Das brauchen Sie:

Gans oder Ente ca. 3,0 kg
Äpfel 500 g
Gemüsezwiebeln 300 g
Orangen 500 g
Thymian 2 Zweige
Beifuss 2 Zweige
Rotwein 250 ml
Salz / Pfeffer

Tip:

Um die exakte Garzeit zu ermitteln benutzen Sie ein Kerntemperatur Thermometer.
Die Gans oder Ente ist verzehrfertig wenn an der dicksten Fleischstelle eine Kerntemperatur von 90 ° C erreicht ist:

Um die Gans oder Ente saftiger zu bekommen spritzt man eine Mischung aus Orangenlikör, Orangensaft, Honig, Salz, Pfeffer und Thymianpulver in die Brust und die Keulen.
(Große Einwegspritze und Kanüle aus der Apotheke)

Zubereitung:

1. Innereien entnehmen und Gans oder Ente (im folgendem nur Gans genannt) waschen Hals und Bürzel (Fettdrüse) entfernen.
Haut mit Küchenpapier trocknen, dann mit Salz, Pfeffer und Thymian einreiben.
2. Äpfel entkernen, Zwiebeln und Orangen schälen und in grobe Stücke schneiden.
Salz, Pfeffer, Thymian und Beifuss dazu geben und alles gut vermischen und damit die Gans füllen.
Die Öffnung mit Rouladennadeln verschließen.
3. Die Gans in einen Bräter legen, den Rest der Apfel- Zwiebel- Orangenmischung und die Innereien hinzugeben mit 250 ml Rotwein und 500 ml Salzwasser angießen.
4. Bräter in den auf 160 – 170 ° C vorgeheizten Backofen stellen, nach 30 min., Temperatur auf 120 ° C reduzieren.
120 bis 150 min. bei dieser Temperatur braten und alle 20 min mit Fond begießen.
5. Wenn die Gans, zum Ende der Garzeit noch nicht braun genug ist, dann die Temperatur auf 220 ° C erhöhen.
Sollte die Gans vor Ende der Garzeit gewünschte Bräunung haben, dann mit Alufolie abdecken.

Die angegebenen Mengen beziehen sich immer auf 4 Personen !