

Toettchen

Diät ist Mord am ungegessenen Knödel!
Wiglaf-Drosie



Gans langsam gegart

Zutaten

- 1 frische Gans, etwa 4-5 kg
- 1 Sträußchen frischer Rosmarin
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 unbehandelte Orange
- 2 Zwiebeln
- Salz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- ½ Liter Gänsefonds (fertig gekauft)

Zubereitung

Gans säubern, Fett und Rückenblut entfernen, auswaschen und mit Küchenkrepp gut abtrocknen. Den Hals (ohne Haut) und die Flügel (bis zum ersten Gelenk) entfernen und in Stücke hacken. Zitrone und Orange mit einer Reibe fein abreiben. Das Abgeriebene mit Salz und Pfeffer mischen (nicht zu wenig nehmen) und mit dieser Paste die Gans innen ausstreichen. 1 geviertelte Zwiebel und Rosmarin einlegen. Die Bauchöffnung und die am Hals mit Küchenszwirn zunähen oder mit Zahnstochern zustecken. Die Gans von außen gut mit Salz und schwarzem Pfeffer einreiben.

Die zweite Zwiebel vierteln und zusammen mit den Hals- und Flügelstücken in die Saftpfanne geben. Gans mit der Brust nach oben darauf setzen. Im heißen Ofen auf der untersten Schiene bei 120 Grad sechs Stunden braten (im Gegensatz zu den üblichen 220 Grad und drei Stunden Bratzeit). Ich schätze die Zubereitungsart mit niedriger Temperatur. Man kommt auch zeitlich nicht ins Schwitzen, wenn die Gans so ruhig vor sich hin schmurgelt. Es gibt keinen Stress, dass die Gans noch zäh ist oder schon zu dunkel, wenn bereits die Gäste vor der Tür stehen.

Nach drei Stunden die Gans nach und nach mit etwa ½ l Gänsefonds begießen (Wasser geht auch, die Soße wird dann nicht so kräftig).

Nach 5 ½ Stunden Bratzeit die Gans auf eine ofenfeste Platte setzen und weiter braten. Bratenfonds durch ein Sieb in einen Topf gießen und recht gut entfetten (Falls sich beim Braten schon sehr viel Fett absetzt, dieses schon nach drei Stunden vor dem Zugießen des Fonds abschöpfen. Die Soße wird sonst nicht dunkel.) Soße bei starker Hitze etwas einkochen, binden und abschmecken.

Nach sechs Stunden den Grill zuschalten und die Gans bei 250 Grad kurz grillen. Dabei bitte am Herd bleiben und aufpassen, dass sie nicht verbrennt! Dazu werden Rotkraut und Klöße dazu gereicht.