

## Rezept

# Gänsebraten mit Rotkohl

Ein Rezept von Gänsebraten mit Rotkohl, am 09.06.2026

## Zutaten

### Für die Gans

- |                            |                               |
|----------------------------|-------------------------------|
| 1 große Gans (etwa 4,5 kg) | Salz                          |
| Pfeffer                    | 2 Zwiebeln                    |
| 2 säuerliche Äpfel         | 4 Stängel getrockneter Beifuß |

### Für den Rotkohl

- |   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| 1 Rotkohl (etwa 900 g)                        | 1 Zwiebel                           |
| 2 Birnen                                      | 1 EL frisch gepresster Zitronensaft |
| 1 EL Butter                                   | 2 TL Zucker                         |
| etwa 1/4 l trockener Rotwein oder Gemüsebrühe | 1 Nelke                             |
| 1 TL Wacholderbeeren                          | Salz                                |
| Pfeffer                                       | 1 TL Birnendicksaft                 |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** 4-6 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 2000 kcal

## Zubereitung

1. Backofen auf 200 Grad vorheizen (auch schon jetzt einschalten: Umluft 180 Grad). Die Gans innen und außen waschen, das Bauchfett abzapfen. In einem Schälchen Salz und Pfeffer mischen und die Gans gründlich damit einreiben, auch in der Bauchhöhle. Die Zwiebeln schälen und achteln. Äpfel vierteln, schälen und entkernen. Die Zwiebeln und Äpfel mit dem Beifuß in den Bauch der Gans legen.
2. Gans mit der Brust nach unten in die Fettpfanne des Ofens legen, 1 l heißes Wasser angießen. In den Ofen (unten) schieben und die Gans etwa 30 Minuten braten. Dann die Temperatur auf 150 Grad (Umluft 130 Grad) zurückschalten und die Gans etwa 2 Stunden braten, dabei ab und zu mit Bratflüssigkeit beschöpfen. Falls nötig, noch mehr Wasser in die Fettpfanne gießen. Nun die Gans umdrehen und noch einmal etwa 2 Stunden braten.
3. Inzwischen vom Rotkohl alle äußeren welken Blätter entfernen. Kohl vierteln, den dicken Strunk wie einen Keil ausschneiden und die Viertel in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Birnen vierteln, schälen, entkernen, in Spalten schneiden und mit dem Zitronensaft mischen.
4. Die Butter mit dem Zucker in einem großen Topf schmelzen. Darin die Zwiebel und die Birnen andünsten. Den Rotkohl dazugeben und kurz mitdünsten. Mit dem Wein oder der Brühe ablöschen, Gewürze dazugeben und den Kohl zugedeckt bei geringer Hitze etwa 1 Stunde schmoren lassen. Dabei ab und zu mal durchrühren und, falls nötig, noch etwas Wein oder Brühe nachgießen.

5. Gans aus dem Ofen nehmen und den Backofengrill (höchste Stufe) anschalten. Die Gans in 8-12 Stücke zerteilen und mit der Haut nach oben auf den Rost legen, unter den Rost ein Backblech stellen. 1 TL Salz mit 3-4 EL heißem Wasser verrühren und die Haut damit einpinseln. Die Gänsestücke wieder in den Ofen schieben (mit etwa 20 cm Abstand zu den Grillschlangen) und die Haut in etwa 10 Minuten schön knusprig werden lassen.
- 
6. In der Zeit die Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen, eventuell den Bratsatz noch mit etwas heißem Wasser ablösen. Die Sauce entfetten (das Fett mit einem großen Löffel abnehmen), abschmecken. Den Rotkohl mit Salz, Pfeffer und Birnendicksaft würzen. Beides mit den Gänsestücken auf den Tisch stellen.