

Rezept

Gänsebraten – Gedämpft und Gebraten

Ein Rezept von Gänsebraten – Gedämpft und Gebraten, am 21.05.2025

Zutaten

1 junge Gans (ca. 4,2 kg)	1 EL getrockneter Estragon
1 EL getrockneter Salbei	Salz
Pfeffer	250 g Möhren
250 g Knollensellerie	150 g Zwiebeln
2 Knoblauchzehen	1/2 l Apfelsaft (bei Umluft 600 ml)
1/2 l Geflügelbrühe (bei Umluft 600 ml)	1-2 EL Speisestärke
3 EL Calvados (ersatzweise 2 EL Zitronensaft)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 1810 kcal

Zubereitung

1. Backofen auf 250° vorheizen. Gans von sichtbarem Fett befreien. Von innen und außen abspülen und trocknen. Gans innen und außen mit Estragon, Salbei, Salz und Pfeffer würzen.
2. Möhren und Sellerie schälen und in 1 cm dicke Stifte schneiden. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Knoblauch schälen und hacken. Gemüse in einem Bräter verteilen, Gans mit der Brust nach oben daraufsetzen. Apfelsaft und Brühe aufkochen und in den Bräter geben. Zugedeckt auf dem Rost in den Ofen (unten, Umluft 230°) schieben und die Gans 30 Min. dämpfen. Dann bei 180° (Umluft 160°) weitere 1 Std. 30 Min. garen.
3. Gans aus dem Bräter nehmen. Mit der Brust nach oben auf den Rost über die Fettpfanne des Backofens legen, mit einer Fleischgabel an den Keulen einstecken, sodass weiteres Fett auslaufen kann. Bei 220° (unten, Umluft 180°) in 20-30 Min. knusprig braten.
4. Inzwischen den Bratensatz durch ein Sieb in einen Topf geben. Gemüse in einer Pfanne bei schwacher Hitze zugedeckt warm halten. Bratensatz entfetten und aufkochen. Stärke mit Calvados glatt rühren, in die Sauce rühren, aufkochen, salzen und pfeffern. Gans tranchieren und mit Gemüse und Sauce servieren.