

## Rezept

# Gänsekeulen aus dem Ofen

Ein Rezept von Gänsekeulen aus dem Ofen, am 15.12.2025

## Zutaten

<b>4</b>	Gänsekeulen (à 350-00 g)	Salz
	Pfeffer	<b>2</b> Petersilienwurzel
<b>2</b>	Möhren	<b>2</b> Zwiebeln
<b>2 EL</b>	Rapsöl	<b>3 Zweige</b> Thymian
<b>2</b>	Lorbeerblätte	<b>2 EL</b> Tomatenmark
<b>200 ml</b>	Rotwein (ersatzweise Holunderbeersaft)	<b>500 ml</b> Hühnerbrühe
<b>1 EL</b>	dunkler Saucenbinder (nach Belieben)	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN 35 MIN. + 1 1/4 STD. SCHMOREN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 820 kcal

## Zubereitung

1. Keulen waschen und trocken tupfen. Die Haut mit einem scharfen Messer mehrfach kreuzförmig einritzen, aber nicht ins Fleisch schneiden. Die Keulen rundherum mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilienwurzeln und Möhren putzen, schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und würfeln.
2. Backofen auf 190° (Umluft nicht empfehlenswert) vorheizen. Das Öl in einem Bräter erhitzen, Keulen darin bei starker Hitze rundherum 5-6 Min. anbraten. Herausnehmen und fast das ganze Fett abgießen. Gemüse, Thymian und Lorbeer in den Bräter geben und in 5 Min. kräftig anrösten. Tomatenmark und Wein dazugeben, einkochen lassen. Keulen mit der Haut nach oben in den Bräter legen, Brühe angießen. Im Ofen (2. Schiene von unten) 1 1/4 Std. offen schmoren, Keulen dabei zweimal wenden.
3. Keulen herausnehmen und warm halten. Sauce durch ein Sieb gießen, entfetten, salzen und pfeffern. Evtl. binden. Sauce mit den Keulen anrichten.