

Rezept

Gefüllte Gans mit Früchtebrot

Ein Rezept von Gefüllte Gans mit Früchtebrot, am 09.06.2026

Zutaten

1 Gans (4,8 kg)	Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	120 ml Milch
½ Würfel frische Hefe (21 g)	250 g Mehl (Type 405)
1 Prise Zucker	40 g Butter
1 Ei (Größe M)	1 Prise Salz
je 50 g Trockenobst (Kletzen, Cranberries, Feigen, Sultaninen, Datteln, Aprikosen, Pflaumen)	20 g Zitronat
Mehl für die Arbeitsfläche	20 g Orangeat
200 g Zwiebeln	2 EL Orangenlikör
100 g Möhren	etwa 600 g Gänseknochen oder Hühnerflügel
1 EL Tomatenmark	100 g Knollensellerie
1,5 l Gänsefond (aus dem Glas)	2 EL Pflanzenöl
1 EL Speisestärke	200 ml kräftiger Rotwein (z.B. Cabernet Sauvignon)
Beifuß zur Garnitur	2 Zweige Beifuß
	Holzspieße

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4-6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 1415 kcal

Zubereitung

1. Für die Füllung die Milch erwärmen. Hefe zerbröseln und mit 6-8 EL warmer Milch verrühren. Mehl in eine Schüssel geben, in der Mitte eine Mulde formen, die Hefemilch eingießen und mit Zucker bestreuen. Abdecken und an einem warmen Ort 40 Min. gehen lassen.
2. Die Butter klein schneiden; Butter, Ei und Salz in die restliche Milch geben. Das Trockenobst samt Zitronat und Orangeat in 1 cm große Stücke schneiden, mit dem Orangenlikör verrühren und ziehen lassen. Die Milchmischung zur Hefe geben und mit dem Rührgerät in 10 Min. zu einem glatten Teig verkneten. Teig und Früchte auf einer bemehlten Arbeitsfläche verkneten.
3. Den Ofen auf 120° (Ober und Unterhitze) vorheizen. Die Gans kalt abbrausen und trockentupfen. Flügelspitzen, Kragen und Bürzel abschneiden. Innen salzen, pfeffern, mit dem Teig füllen und mit Holzspießen verschließen. Die Haut kräftig salzen und die Gans mit der Brust nach unten auf ein tiefes Blech setzen, 150 ml Wasser angießen und 4 Std. 30 Min. garen. Immer wieder mit Bratfett übergießen und nach 3 Std. wenden.

4. Für die Sauce alles an Knochen und Abschnitten klein hacken. Zwiebeln, Sellerie und Möhren schälen und klein würfeln. Das Öl in einem Topf (28 cm Ø) erhitzen und die Knochen darin bei mittlerer Hitze 10 Min. rösten. Gemüse dazugeben, 3 Min. rösten und mit dem Tomatenmark 3 Min. unter Rühren braten. Mit etwas Rotwein ablöschen und einkochen. Den Vorgang 2-mal wiederholen.

5. Den Gänsefond angießen, Beifuß einlegen und offen bei geringer Hitze 3 Std. köcheln lassen. Die Sauce durch ein Sieb passieren und in einem kleinen Topf kurz einkochen. Die Stärke mit wenig kaltem Wasser anrühren, die Sauce binden und noch 3 Min. köcheln lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Die Gans herausnehmen, Ofen auf Grillfunktion stellen. Die Haut nochmals salzen und mit dem Bratenfett einpinseln. Die Gans auf den Rost legen (Mitte), ein Backblech als Tropfschutz darunter schieben und 10 Min. goldbraun überbraten, dabei öfter einpinseln. Der Braten ist fertig, wenn beim Hineinstechen zwischen Keule und Brust klarer Fleischsaft heraus rinnt.

7. Die Gans der Länge nach halbieren. Füllung vorsichtig herausnehmen und in fingerdicke Scheiben schneiden. Die Gans zerteilen, mit der Füllung und der heißen Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten und z. B. mit Kartoffelknödeln, Beifuß und Rotkohl servieren.