

Rezept

Martinsgans aus dem Ofen

Ein Rezept von Martinsgans aus dem Ofen, am 05.06.2025

Zutaten

1 küchenfertige Gans (4,5–4,8 kg)

Pfeffer

1 1/2 TL getrockneter Beifuß

1 Zwiebel

1 STück Knollensellerie (ca. 70 g)

1 Tomate

50 ml Rotwein (ersatzweise Fond)

Holzspießchen und Küchengarn

Salz

1 1/2 TL getrockneter Majoran

3 Äpfel (z. B. Boskop)

1 Möhre

1 Stück Lauch (ca. 50 g)

400 ml Gänse- oder Gefl ügelfond (aus dem Glas)

11/2 TL Speisestärke

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 6-8 Personen: | Schwierigkeitsgrad mittel | Zeit Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | Pro Portion Ca. 1530 kcal

Zubereitung

- Backofen auf 200° vorheizen. Die Gans innen und außen waschen und trocken tupfen. Innen mit Salz, Pfeffer und je 1 TL Majoran und Beifuß einreiben, außen pfeffern und salzen. Äpfel waschen, abtrocknen und in die Gans stecken. Die Halsöffnung mit Hilfe von Holzspießchen zustecken und diese mit Küchengarn zusammenbinden. Gans mit der Brust nach unten auf ein tiefes Backblech legen und ½ l Wasser angießen es verdunstet im Laufe des Garvorgangs. Die Gans im Ofen (unten, Umluft 180°) ca. 1 Std. garen, dabei unter den Keulen mehrmals mit einem Holzspießchen einstechen, sodass so viel Fett wie möglich herauslaufen kann.
- 2. Die Ofentemperatur auf 175° (Umluft 160°) verringern. Gans auf den Rücken drehen, mit Bratfett begießen und 1 Std. 30 Min.-1 Std. 45 Min. weitergaren, dabei ab und zu mit Bratfett beschöpfen. Sollte die Haut schon sehr bräunen, mit Backpapier abdecken. Inzwischen Zwiebel schälen und in dicke Ringe schneiden. Möhre und Sellerie schälen, Lauch waschen und putzen, Gemüse in schmale Stücke schneiden. Tomate waschen, vierteln.
- 3. Die Gans nochmals mit Fett begießen, dann möglichst viel von dem ausgetretenen Fett mit einem Löffel abschöpfen, dabei darauf achten, dass der Bratensatz auf dem Boden des Bleches zurückbleibt. Zwiebel, Möhre, Sellerie, Lauch und Tomate im Bratensatz rund um die Gans verteilen und alles nochmals 1 Std. garen. Währenddessen 1 TL Salz in 150 ml kaltem Wasser auflösen und die Gans damit ca. 20 Min. vor Garzeitende bepinseln auf diese Weise wird sie schön knusprig.
- 4. Die Gans auf eine Platte heben und im ausgeschalteten Backofen warm halten. Etwas Fond zum Bratensatz gießen und diesen mit Hilfe eines Holzkochlöffels von dem Blech loslösen. Bratensatz und Gemüse in einen Topf geben, übrigen Fond und dem Rotwein dazugießen und auf dem Herd zum Kochen bringen. Die Stärke mit 3-5 EL kaltem Wasser verrühren und in die kochende Sauce rühren, mit restlichem Majoran und Beifuß würzen. Sauce bei mittlerer Hitze offen ca. 10 Min. einkochen lassen. Inzwischen die Gans tranchieren (die Äpfel in der Gans eignen sich nicht zum Essen, sie haben sich voll Fett gesaugt, aber schön Aroma abgegeben).

5.	Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und durch ein feines Sieb streichen, zur Gans servieren. Dazu schmecken Knödel oder Klöße, Rotkraut und Cassisbirnen.