



Ein Rezept für deine Weihnachtsgans mit Apfelwein-Beifuß-Salz, Orangen und Äpfeln

Zutaten:

1 Gans (ca. 4-5 kg, küchenfertig)

Apfelwein-Beifuß-Salz (zum Einreiben der Gans)

Frischer oder getrockneter Majoran (großzügig)

Weißer Pfeffer (zum Einreiben)

2-3 Orangen (in Viertel geschnitten)

2-3 Äpfel (in Stücke geschnitten)

2-3 große Zwiebeln (grob gehackt, mit Schale)

Zwiebelschalen (zusätzlich zu den gehackten Zwiebeln, für die Farbe der Sauce)

250 ml Apfelsaft (zum regelmäßigen Begießen)

1 Bund Beifuß (optional)

LAURA FISCHER
HAUPTSTRASSE 9
15377 OBERBARNIM,

www.schamaninblut.com, info@schamaninblut.com
Tel. 01622404194

Zubereitung:

Backofen vorheizen: Heize den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vor.

Gans vorbereiten: Spüle die Gans innen und außen gut ab und tupfe sie trocken. Entferne eventuelle Fettdrüsen am Schwanzansatz. Reibe die Gans innen und außen großzügig mit deinem Apfelwein-Beifuß-Salz und mit weißem Pfeffer ein. Bestreue sie anschließend ebenfalls innen und außen mit reichlich Majoran.

Gans füllen: Fülle die Gans mit den geviertelten Orangen, Apfelstücken und, falls gewünscht, einigen Stängeln frischem Beifuß. Verschließe die Öffnung mit Küchengarn oder spieße sie mit Zahnstochern zu, damit die Füllung während des Garens in der Gans bleibt.

Garen der Gans: Lege die Gans mit der Brust nach unten in einen großen Bräter. Gib die grob gehackten Zwiebeln und Zwiebelschalen rund um die Gans in den Bräter, da die Schalen eine schöne Farbe für die Sauce ergeben. Gieße etwa 250 ml Wasser oder Brühe in den Bräter, damit die Gans nicht anbrennt.

Anbraten und schmoren: Brate die Gans im vorgeheizten Ofen etwa 1 Stunde lang an. Wende sie dann vorsichtig, sodass die Brust nach oben zeigt, und brate sie weiter.

Mit Apfelsaft begießen: Nach etwa 1 Stunde beginne, die Gans alle 20-30 Minuten mit Apfelsaft zu übergießen, damit die Haut schön knusprig und goldbraun wird und ein feines Aroma bekommt.

Garzeit: Die Gans braucht insgesamt ca. 3-4 Stunden, abhängig von ihrer Größe. Prüfe mit einem Spieß oder einer Gabel, ob die Keulen leicht vom Fleisch gelöst werden können – dann ist sie fertig. Sollte die Haut zwischendurch zu dunkel werden, kannst du die Temperatur auf 160°C senken oder die Gans locker mit Alufolie abdecken.

Sauce zubereiten: Nimm die Gans aus dem Bräter und halte sie warm. Gieße das Fett aus dem Bräter ab, lass aber den Bratensatz und die Zwiebeln darin. Stelle den Bräter auf den Herd, gib etwas Wasser hinzu und lasse alles aufkochen. Schmecke die Sauce nach Belieben mit Salz und Pfeffer ab und passiere sie durch ein Sieb. Die Zwiebelschalen haben der Sauce eine schöne Farbe verliehen. Aus dem Fett kann man leckes Gänseschmalz machen, also schmeiß nichts weg.

Servieren: Tranchiere die Gans und serviere sie zusammen mit der fruchtigen Sauce, die perfekt zu der Apfel-Orangen-Füllung passt. Serviere selbstgemachten Rotkohl und Klöße dazu!

Wenn du Lust hast auf frischen selbstgemachten Rotkohl und Klöße und weißt nicht, wie es geht dann schau mal hier!

Guten Appetit und
frohe Weihnachten
wünscht dir dein
Team von
Schamaninblut!

Laura Fischer
HAUPTSTRASSE 9
15377 OBERBARNIM,
www.schamaninblut.com, info@schamaninblut.com
Tel. 01622404194