

One-Pot-Gänsekeule

Wir machen aus einem recht umfangreichen Rezept eine easy Variante. Gänsekeulen sind der Klassiker zur Weihnachtszeit – bei uns kommt sie mit Wurzelgemüse und Bratäpfeln in einen Pot.



Die Mengenangaben des Rezeptes sind zugeschnitten auf eine Mahlzeit für 2 Personen.

Zutaten:

- 2 Gänsekeulen (ca. 400-450 g pro Stück)
- Salz und Pfeffer
- 1 EL Rapsöl
- 400 g bunte Möhren (gelb, orange, lila)
- 4 Schalotten
- 3 TL Thymian
- 4 Kartoffeln
- 400 ml Gänsefond

Zutaten für die Apfelfüllung:

- 2 EL Zwetschgenbrand
- 4 kleine säuerliche Äpfel
- 4 vorgegarte Maronen
- 4 Trockenpflaumen Soft
- 4 Walnusskernhälften
- 2 EL Butter

Zutaten für die Grill-Marinade:

- 4 EL Öl
- 1 TL Paprika, edelsüß
- 1 EL Honig
- Salz
- Pfeffer

Besondere Utensilien:

- Bräter oder tiefes Backblech
- Apfelausstecher
- Pinsel

Zubereitung:

- **Für die One-Pot-Gänsekeulen** den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen.
- Gänsekeulen mit Küchenpapier trocken tupfen, salzen und pfeffern.
- Möhren schälen und in grobe Stifte schneiden.
- Schalotten schälen und in grobe Würfel schneiden.
- Beides in etwas Öl anschwitzen.
- Thymianblättchen zufügen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.
- Möhren auf dem tiefen Blech verteilen.
- Gänsekeulen auf das Möhrengemüse legen.
- Kartoffeln schälen und daneben legen.
- Gänsefond angießen.
- Deckel auflegen (oder z.B. mit Alufolie abdecken) und alles im vorgeheizten Backofen etwa 1 Stunde und 20 Minuten garen.
- In der Zwischenzeit die Äpfel waschen und mit einem Apfelausstecher das Kerngehäuse entfernen.
- Maronen, Pflaumen und Walnüsse grob hacken und in etwas Butter anschwitzen.
- Mit dem Obstbrand ablöschen und flambieren. Leicht abkühlen lassen und die Äpfel mit der Mischung füllen.
- Nach der angegebenen Garzeit den Deckel bzw. Alufolie abnehmen und die gefüllten Äpfel auf dem Blech alles ohne Deckel weitere 15 Minuten garen.
- Wenn die Keulen gar sind das Blech aus dem Ofen nehmen.
- Bei Bedarf die Gänsekeulen mit einer Marinade aus Öl, Paprika, Honig, Salz und Pfeffer bestreichen, auf ein anderes Blech legen und bei eingeschalteter Grillfunktion circa 10 Minuten kross werden lassen.
- Soße: Wer mag verwendet den Gänse-Wurzelsud so wie er ist als Soße. Man kann ihn aber auch in einen kleinen Topf abseihen und mit Stärke binden.
- Gemüse, Fleisch und Soße nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken –
Mahlzeit!