WEIHNACHTSKÜCHE BEI MONES

Gänsebrust mit Knochen

Mit Apfel, Beifuß und feiner Bratensauce

2-3 Personen | 1-1,5 kg mit Knochen | ca. 2-3 Stunden einschließlich Ruhezeit

Zutaten

- 1 rohe Gänsebrust mit Knochen (1-1,5 kg), vollständig aufgetaut
- 1 säuerlicher Apfel, 1 Zwiebel, 1 Möhre
- 1 kleiner Zweig Beifuß oder ½ TL getrockneter Beifuß
- 400 ml schwach gesalzener Geflügelfond, bei Bedarf mehr
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer
- 1 TL Preiselbeeren aus dem Glas
- Optional: 1 TL Speisestärke mit kaltem Wasser angerührt

Zubereitung

1. Vorbereiten

Ofen auf 160 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Gänsebrust nicht abwaschen, sondern trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Apfel entkernen, mit Zwiebel und Möhre grob schneiden.

2. Auf Gemüse garen

Gemüse, Apfel und Beifuß in einen Bräter geben. 300 ml Fond angießen. Gänsebrust mit der Haut nach oben aufsetzen; die Haut soll oberhalb der Flüssigkeit liegen. Etwa 1½-2½ Stunden garen. Flüssigkeit kontrollieren und bei Bedarf ergänzen. Bei zu starker Bräunung locker abdecken.

3. Temperatur prüfen und Haut bräunen

Beide Brusthälften an der dicksten Stelle ohne Knochenkontakt messen: mindestens 70 °C für 2 Minuten an allen Stellen. Falls nötig weitergaren. Anschließend bei 220 °C unter Beobachtung etwa 5-15 Minuten bräunen. Haut nicht verbrennen lassen.

4. Sauce und Anschnitt

Brust etwa 10 Minuten locker abgedeckt ruhen lassen. Bratensatz mit restlichem Fond lösen, durchsieben und entfetten. Preiselbeeren einrühren und kurz einkochen, bei Bedarf leicht binden und abschmecken. Fleisch vom Brustbein lösen und quer zur Faser schneiden.

So schmeckt es besonders gut

Mit Apfelrotkohl und Kartoffelklößen auf vorgewärmten Tellern anrichten. Sauce neben die knusprige Haut geben.