

# Pochierte Gänse-Brust mit lauwarmem Rote-Bete-Salat

## Für 2 Personen

1 Gänsebrust	1 l Hühnerbrühe	2 Wacholderbeeren
2 Pimentkörner	600 g kl. Rote-Bete	Meersalz
Honig	2 Zweige Rosmarin	10 Maronen, unegart, ungeschält
1 Boskoop-Apfel	1 rote Zwiebel	1 TL Senf
2 EL Apfelessig	1 EL Walnussöl	4 EL Rapsöl
Pfeffer		

Die Gänsebrust falls nötig vom Knochen lösen, dann in einer Panne ohne Fett von allen Seiten kurz anbraten (zuerst auf der Hautseite). Mit der Brühe bedecken, Wacholderbeeren und Pimentkörner zerdrücken und zugeben. Alles ca. 1 Stunde köcheln lassen (der Fond sollte nicht stark kochen, sondern nur leicht simmern). Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Rote-Bete waschen, nicht schälen. Einzeln die Rote-Bete Knollen in Alufolie einpacken und zuvor mit Meersalz, je 1/2 TL Honig und etwas Rosmarin bedecken. Im Ofen die eingepackte Rote-Bete ca. 45 Minuten (je nach Größe) garen. In der Zwischenzeit die Maronen an der Schale einritzen, vom Apfel das Kerngehäuse ausstechen. In den letzte 20 Minuten Maronen und Apfel mit in den Ofen geben. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Senf, Essig und Öl zu einer Vinaigrette mischen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Zwiebel untermischen. Rote-Bete auspacken, schälen und in Scheiben schneiden. Die Maronen schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Rote-Bete mit der Vinaigrette anmachen. Vom Apfel einen Esslöffel gebackenes Fruchtfleisch herausnehmen und auf den Salat geben, die Maronenscheiben darüber streuen. Die Gänsebrust in Tranchen schneiden und mit dem Salat servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 11. November