

# Gänse-Keulen

## Für 4 Personen:

2 Möhren	5 Zwiebeln	2 Äpfel
2 Tomaten	2 EL Öl	4 Gänsekeulen
500 ml Rotwein	1 l Gänsefond	Wasser nach Bedarf
2 EL Wacholderbeeren	1 TL Pfefferkörner	1 EL Salz
2 TL Nelken	4 TL Sternanis	5 EL Sojasauce
5 Lorbeerblätter		

Möhren und Zwiebeln schälen. Anschließend Möhren, Zwiebeln, Äpfel und Tomaten würfeln. Öl in einem Bräter erhitzen und das Gemüse kräftig anbraten. Mit Rotwein ablöschen und etwas einkochen lassen.

Die Gänsekeulen waschen und mit in den Bräter geben. Mit Gänsefond und Wasser so weit aufgießen, dass die Gänsekeulen komplett im Wasser schwimmen. Wacholderbeeren, Pfefferkörner, Salz, Nelken, Sternanis, Sojasauce und Lorbeerblätter hinzugeben. Aufkochen lassen und bei geschlossenem Deckel und kleiner Temperatur etwa 1,5 Stunden schmoren.

Den Grill (170 °C) oder Backofen (150 °C Umluft) vorheizen.

Gänsekeulen aus dem Sud holen und nebeneinander auf einen Grillrost legen. Anschließend im Grill (indirekte Hitze) oder Backofen für 60 Minuten weitergaren. Unbedingt darauf achten, dass sich unter den Gänsekeulen eine mit Wasser gefüllte Auffangschale für das herabtropfende Fett befindet.

Inhalt des Bräters durch ein Sieb in einen anderen Topf gießen und leicht passieren. Auf der Oberfläche ist nun deutlich das ausgetretene Fett zu erkennen. Dieses mit einer Kelle oder Fett-Trennkanne abschöpfen und in einer Schüssel sammeln. Rest des Suds etwa 60 Minuten einkochen lassen.

Gänsekeulen alle 10 Minuten mit dem aufgefangenen Fett begießen. So bleiben sie schön saftig. Nach 60 Minuten sollten die Gänsekeulen eine schöne Farbe und eine krosse Haut haben. Gänsekeulen aus dem Ofen oder Backofen holen und etwa 10 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen. In der Zwischenzeit die einreduzierte Sauce mit Pfeffer und Salz abschmecken und gegebenenfalls mit gefrorener Butter oder aufgelöster Stärke zusätzlich binden.

Zu den Gänsekeulen sei als Beilage Kartoffel-Knödel und Rotkohl empfohlen.

NN am 26. November 2021