

ZUTATEN



1 frische Gans (ca. 5000 g)

1 kg Orangen

1 kg Knollensellerie

1 kg Möhren

1 kg Äpfel

1 kg Zwiebeln

50 g Beifuß

1 Knolle frischer Knoblauch

Salz & Pfeffer

Rotwein (zum Ablöschen)

ZUBEREITUNG

Zubereitungszeit ca. 3 – 3,5 h

- Die Gans waschen, abtrocknen und das lose Fett entfernen
- Die Gans von innen und außen kräftig mit Salz, Pfeffer und Beifuß einreiben
- Den Backofen auf ca. 160° C (Umluft) vorheizen
- Für die Füllung Zwiebeln schälen, Äpfel waschen und entkernen
- Sellerie, Möhren, Orangen und Knoblauch schälen
- Alles in Würfel schneiden und die Gans mit der Hälfte der Zutaten füllen
- Die andere Hälfte auf ein tiefes Blech geben und die Gans mit der Brustseite darauf platzieren



ZUBEREITUNG

- Die Gans während des Garvorgangs immer mal wieder mit dem Bratensaft bestreichen
- Nach ca. 1,5 h die Gans drehen und erneut bestreichen
- Nach weiteren 1,5 h den Ofen auf 220 Grad hochstellen und die Gans für 10 – 15 Min bräunen, die Gans anschließend auf 80-90 Grad stellen
- Den Bratenansatz vom Blech in einen Topf geben, mit Tomatenmark tomatisieren und mit einem guten Rotwein ablöschen
- Den Fond für 20 Min köcheln lassen und anschließend durch ein Spitzsieb geben
- Mit Salz, Pfeffer und Beifuß abschmecken

GUTEN APPELIT!