

## Gänse-Keulen aus dem Backofen

Für 4 Portionen

4 Gänsekeulen	2-3 große Möhren	$\frac{1}{2}$ Stange Porree
$\frac{1}{4}$ Sellerieknolle	1-2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
1 Zweig Thymian	1 TL Majoran	1 Lorbeerblatt
1 El Tomatenmark	Butterschmalz	1 große Orange
1 Lorbeerblatt	1-2 TL Lebkuchengewürz	2 TL Quatre Epices
1 TL Salz	Salz, Pfeffer	250 ml Weißwein
400 ml Hühnerbrühe	60 ml Orangensaft	2 TL Speisestärke
2 Oblatenlebkuchen	50 ml Salzwasser	

Alle Zutaten für das Rezept bereitstellen, die Gänsekeulen waschen und trocken tupfen. Orange schälen und vierteln. Lebkuchen in Stückchen brechen. Die Karotte, Zwiebel, Sellerie, Lauch und Knoblauch waschen und schälen.

Das Suppengemüse würfeln und in etwas Butterschmalz oder Öl anbraten.

Tomatenmark, Thymian und etwas Salz über das Gemüse geben. Alles 10 Minuten kräftig anrösten.

In der Zwischenzeit die Gänsekeulen mit Salz, Pfeffer, Majoran und den Gewürzen einreiben.

Mit den Orangenstücken und dem zerbröselten Lebkuchen in einer Form beiseite stellen. Das angeröstete Gemüse in eine ofenfeste Form füllen, die Gänsekeulen, Orangenstücke, Lebkuchen, Lorbeerblatt auf das Gemüse legen und mit 200 ml. Gänselfond oder Hühnerbrühe angießen.

Die Gänsekeulen in den vorgeheizten Ofen bei 120°C Ober- und Unterhitze 3 Stunden und 15 Minuten garen.

Nach einer Stunde den restlichen Gänselfond, Orangensaft und 200 ml Weiß oder Rotwein nach und nach während des Garens begießen. Gegen Ende des Garens den Bratenfond mit dem Gemüse in einen Topf gießen.

Den Backofen auf 210°C Ober- und Unterhitze einstellen.

und die Gänsekeulen im Backofen für 25-30 Minuten bräunen. Die Gänsekeulen zwischenzeitlich mit etwas kaltem Salzwasser einpinseln.

In der Zwischenzeit die Orangensoße zubereiten. Falls die Soße zu fettig ist, etwas Fett abschöpfen. Das überschüssige Fett mit einer Suppenkelle abschöpfen. Den Bratenfond mit dem Gemüse, mit etwas Lebkuchengewürz, Salz, Pfeffer und dem Quatre Epices würzen. Nun den Bratenfond mit 50 ml Weißwein ergänzen und mit einem Mixstab alles gut pürieren.

Die Sauce durch ein Sieb gießen und das zerkleinerte Gemüse mit einem Löffel durch das Sieb drücken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und falls nötig mit etwas angerührter Speisestärke binden.

NN am 16. Dezember 2025