

Gänsebraten mit Orangen-Glasur

Für 8 Portionen

3 l Orangensaft	9 l Wasser	800 g Zwiebeln
120 g Salz	1 Zimtstange	1 EL Pfeffer, bunt
5 kg Gans		

Zum Glasieren:

100 g Orangenmarmelade

Außerdem:

1 großer Kochtopf, 15 l

Den Orangensaft mit dem Wasser in einen großen Topf oder Einkochtopf geben. Die Zwiebeln schälen und grob klein schneiden. Mit dem Salz, der Zimtstange und dem Pfeffer in den Topf geben.

Die Gans trocken tupfen und die Flügel entfernen. Den Bürzel abschneiden. Die Flügel mit dem Gänsehals ins Innere geben nach Belieben die Gans mit einem Metallspieß verschließen. Anschließend in den kalten Orangenfond legen, aufkochen und 1 Stunde bei mittlerer Hitze köcheln lassen.

Den Backofen auf 120 °C Heißluft vorheizen. Dann die Gans aus dem Fond nehmen und mit der Brustseite nach oben auf ein Backofengitter legen. Ein tiefes Blech unter das Gitter legen und 3 cm hoch mit heißen Orangenfond füllen.

Die Gans mitsamt dem Backblech in den Ofen geben und darin 23 Stunden knusprig braten. Anschließend die Orangenmarmelade verrühren.

Die Gans aus dem Backofen nehmen und sofort mit der Marmelade bestreichen.

Zum Servieren das Fleisch nach Belieben noch etwas mit Salz und Pfeffer würzen. Dann tranchieren und anrichten.

Tipp:

Für eine gleichmäßige Bräunung die Gans längs zum Ofenlüfter stellen.

Falls das auf Grund der Größe nicht möglich ist, nach einer Stunde um 180 Grad drehen.

Ob die Gans wirklich gar ist, erkennt man am besten am Keulenansatz (Knochen).

Wenn das Fleisch an dieser Stelle schön weich ist, sollte der Rest auch fertig sein.

Das Restliche Orangen-Gänseschmalz kann man als Brotaufstrich oder als Bratfett verwenden.

Die gekochten Zwiebeln und den vom Fond abgeschöpften Orangen-Gänseschmalz beiseite stellen und z.B. für Rilette verwenden.

Timo Böckle am 16. August 2026