

Weihnachts - Gans (Niedrigtemperatur)

1 Gans, ca. 5 kg

Thymian, Beifuss, Salz, Pfeffer

1 Bund Wurzelgemüse (Lauch, Sellerie, Karotten, Petersiliewurzel) 1 Zwiebel

Zubereitung

Die meist verpackten Innereien aus der Gans entfernen. Fett aus der Gans nehmen und extra auslassen. Die Flügel abschneiden (Werden für die Sosse benötigt. Gans auswaschen, und mit Salz, Pfeffer aus der Mühle. Thymian und Beifuss würzen.

Gans von außen sparsam salzen und in eine Taine mit etwas Wasser mit der Brust nach unten legen. Gans nun in den vorgeheizten Backofen bei 80° ca. 7 Stunde braten. Die Gans wird butterzart und bleibt saftig. Die Gans bleibt im Backofen und man braucht sie nur noch ca. 1/2 Stunde vor dem Essen im Backofen auf dem Rost mit der Brust nach oben bei ca. 180° braten bis sie goldbraun ist.

Die Flüssigkeit aus der Raine in eine tiefe Schüssel geben und kalt stellen. Wenn der Bratenfond kalt ist kann man das Fett entfernen.

Die Flügel in Walnus große Stücke hacken und in einer tiefen Pfanne scharf anbraten. Das ebenfalls in die gleiche Grösse geschnittene Gemüse dazugebe nund mitrösten. Immer ab und zu mit dem Fond aufgiessen und einreduzieren lassen. Etwa drei Mal wiederholen. Mit etwas Mehl besteuben und leicht anrösten. Dann mit zwei Gläser Gansfond auffüllen und mit Creme fraiche (die Creme fraiche erst mit einer kleinen Menge Sosse vermischen und dann erst in die gesamte Sosse vtun) oder mit alpro soya Cuisine (Gesund) abbinden und abschmecken.

Fachgerecht zerlegen und sevieren mit Kartoffelklößen und Rotkohl. Es soll Menschen geben, die Grünkohl dazu essen.