



Gänsebraten mit Kürbisfüllung



Zubereitungszeit

4h



Schwierigkeit

Schwierig



Zutaten

für 6 Portionen

Milch	200 ml
Brötchen	4 St.
Butter	3 EL
Hokkaidokürbis	1 St.
Zwiebeln, rot	3 St.
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Salatkern-Mix	20 g
Eier	2 St.
Zimt	0.25 TL
Nelken	
Paniermehl	4 EL
Geflügelbrühe	1 ml
Suppengemüse	1 Bund
Birnen	4 St.

Zubereitung

1.

Milch erhitzen. 3 Brötchen in dünne Scheiben schneiden, mit der Milch übergießen und einweichen lassen. Übriges Brötchen würfeln und in 2 EL heißer Butter rundherum anrösten. Abkühlen lassen.

Kürbis schälen, halbieren, entkernen und 300 g Fruchtfleisch raspeln. Übrigen Kürbis grob würfeln und kühl stellen. Zwiebeln schälen und hacken. Geraspelten Kürbis und 1 Zwiebel in übriger heißer Butter 5-7 Minuten unter Wenden anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und abkühlen lassen.

Salatkernmix hacken. Mit eingeweichten Brötchen, gerösteten Brötchenwürfeln, Kürbisraspeln und Eiern vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Zimt und Nelken würzen. Paniermehl nach Bedarf zufügen, bis die Masse bindet.

Fett aus dem Inneren der Gans entfernen. Gans innen und außen waschen, trocken tupfen, innen salzen und mit der Kürbismasse füllen, Öffnung gut zustecken oder mit Küchengarn zunähen. Gans außen salzen und pfeffern und mit der Brust nach unten in einen Bräter setzen. Heiße Geflügelbrühe ca. 2 cm hoch angießen und Gans im vorgeheizten Backofen bei 200 °C 30 Minuten braten.

Inzwischen Suppengemüse putzen und grob würfeln. Gans wenden und Suppengemüse, gewürfelten Kürbis und übrige Zwiebeln in den Bräter geben. Ofentemperatur auf 180 °C reduzieren. Gans je nach Größe weitere 120-150 Minuten braten, dabei einige Male wenden und mehrmals mit Bratenfond begießen. Die letzten 30 Minuten mit der Brust nach oben garen, so dass die Haut schön knusprig wird.

Birnen schälen, halbieren und entkernen. 20 Minuten vor Ende der Garzeit in den Bräter setzen und mit weich garen. Die Gans ist fertig, wenn klarer Fleischsaft austritt, wenn man in einen Schenkel sticht. Gans herausheben und zugedeckt ruhen lassen. Birnen aus dem Fond heben und warm stellen.

Bratenfond durch ein Sieb gießen und entfetten. Mit Weißwein aufkochen und auf knapp die Hälfte einköcheln lassen. Abschmecken und mit Saucenbinder nach Wunsch andicken. Aufgefangenes Gemüse pürieren und warm stellen. Preiselbeeren auf die Höhlung der Birnen verteilen. Gans tranchieren und mit der Füllung, Sauce, Kürbispüree

und Birnen servieren. Dazu passt Wirsinggemüse.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	509 kcal
Kohlenhydrate	81 g
Eiweiß	14 g
Ballaststoffe	10 g
Fette	18 g