Gebratene Gänsebrust mit Rosenkohl und Kartoffelklößen

Zeit gesamt 55min

Zubereitungszeit 40min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Gänsebrust, tiefgefroren	500 g
Salz	
Olivenöl	5 EL
Rosenkohl, frisch	800 g
Mini Klöße	800 g
Schalotten	1 St.
Rotwein, halbtrocken	100 ml
Wasser	400 ml
Bratensauce, Pulver	3 EL
Pfeffer, schwarz	
Walnusskerne	3 EL
Butter	3 EL
Paniermehl	2 EL
Balsamicoessig, dunkel	2 EL

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf, mittlerer Topf, große Pfanne, Backblech mit Backpapier

1. Gänsebrust am besten über Nacht im Kühlschrank auftauen lassen. Backofen auf 160 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Gänsebrust waschen, trocken tupfen und Hautseite mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden. Gänsebrust kräftig salzen. Eine Pfanne auf hoher Stufe fettfrei erhitzen und die Gänsebrust auf der Hautseite ca. 5 Min. kross anbraten. Auf ein Backblech mit Backpapier geben und im Ofen ca. 45 Min. garen.

2. Rosenkohl waschen, ggf. äußere unschöne Blätter entfernen, Strünke abschneiden und halbieren. In einer Schüssel mit 2 EL Öl und Salz vermengen. Auf dem Backblech verteilen und im Ofen ca. 30 Min. mit der Gans zu Ende backen.

3. In einem Topf ca. 4 l Salzwasser abgedeckt zum Kochen bringen. Klöße im siedenden Salzwasser ca. 10 Min. ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle vorsichtig aus dem Wasser heben.

4. Schalotte halbieren, schälen und in Streifen schneiden. In einem Topf 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Schalottenstreifen darin ca. 2 Min. anbraten. Mit Rotwein ablöschen und mit Wasser auffüllen. Flüssigkeit aufkochen und Bratensaucenpulver einrühren. Leicht köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Gänsebrust aus dem Ofen nehmen, in Alufolie einwickeln und ca. 5 Min. ruhen lassen. Eine Pfanne fettfrei auf mittlerer Stufe erhitzen, Walnüsse darin ca. 2 Min. rösten und anschließend beiseitestellen. Pfanne erneut erhitzen, Butter darin schmelzen und

Paniermehl mit 1 Prise Salz ca. 2 Min. goldbraun rösten. Klöße zugeben und ca. 2 Min. darin wenden, sodass sie mit den Bröseln ummantelt sind.

6. In einer Schüssel Balsamicoessig, Walnüsse und Rosenkohl vermengen und mit Salz abschmecken. Gänsebrust in Scheiben schneiden. Gebratene Gänsebrust mit Rosenkohl und Kartoffelklößen auf Teller anrichten und mit Sauce servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	878 kcal
Kohlenhydrate	82 g
Eiweiß	40 g
Ballaststoffe	9 g
Fette	44 g