



Glasierte Gänsekeulen mit gerösteten Mini Gnocchi

Zeit gesamt
1h 40min

Zubereitungszeit
1h 40min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Gänsekeulen	2 kg
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Karotten	2 St.
Äpfel, rot	2 St.
Zwiebeln, gelb	2 St.
Ingwer, frisch	10 g
Sauerkirschkonfitüre	4 EL
Senf	1 EL
Balsamicoessig, dunkel	1 EL
Weintrauben, dunkel	400 g
Olivenöl	4 EL
Piment	
Honig	2 EL
Mini Gnocchi	600 g
Rosmarin, frisch	10 g
Rotwein, trocken	100 ml

Zubereitung



Küchenutensilien

große Pfanne, Bräter

1. Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Gänsekeulen waschen, trocken tupfen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Karotten waschen und in Stücke schneiden. Äpfel ebenfalls waschen, vierteln und grob würfeln. Zwiebeln halbieren und ebenfalls grob würfeln. Ingwer in Scheiben schneiden. Karotten, Äpfel, Zwiebeln und Ingwer in einen Bräter geben und die Keulen mit der Hautseite nach unten darauf verteilen. Im Ofen (Mitte) ca. 60 Min. garen.
2. Sauerkirschkonfitüre, Senf und Balsamico vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Gänsekeulen wenden und mit der Kirschmarinade bestreichen. Ofentemperatur auf 230 °C erhöhen und die Gänsekeulen auf der zweitobersten Schiene vom Ofen weitere ca. 15 Min. knusprig fertig garen.
3. Weintrauben waschen und trocknen. 1 EL Olivenöl in einer großen Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und Weintrauben darin ca. 3 Min. anbraten, bis sie aufplatzen. Eine Prise Piment, Salz und Honig hinzufügen, durchschwenken und die Pfanne vom Herd nehmen. Bis zum Servieren warm halten.
4. 3 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Mini Gnocchi darin goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin waschen, trocken schütteln und die Nadeln von den Stielen streifen. Fein hacken und über die Gnocchi streuen.
5. Gänsekeulen aus dem Ofen nehmen, in Alufolie einschlagen und ca. 15 Min. ruhen lassen. Bratensaft und Gemüse durch ein feines Sieb in einen Topf streichen. Rotwein

hinzufügen und 10 Min. offen einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Gänsekeulen mit Gnocchi, Honig-Weintrauben und Bratensauce servieren.

Festlichen Genuss!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	2386 kcal
Kohlenhydrate	107 g
Eiweiß	86 g
Ballaststoffe	10 g
Fette	178 g