

G&C Servicegesell. mbH für Alten- und Pflegeheime	<b>Qualitätshandbuch</b>	Geltungsbereich:  <b>Küche</b>
---	--------------------------	--------------------------------------

Rezeptur

## Gänsebraten gefüllt

Zutaten für

Portionen

6,67	St.	Gänse (ca. 3,5 kg mit Innereien)
1.667	g	Maronen (vakuumiert oder aus der Dose)
20	St.	Zwiebeln
13,33	St.	Äpfel
13,33	EL	Weizenmehl (oder Soßenbinder)
13,33	St.	Brötchen (vom Vortag)
6,67	Gläser	Apfelsaft
6,67	EL	getrockneter Thymian
6,67	St.	Eier



### Zubereitung

**1. Arbeitsschritt** Für die Füllung der Gans die Innereien wie Leber, Herz, Magen durch den Fleischwolf drehen oder mit einem scharfen Messer fein schneiden. Die Brötchen ebenfalls klein schneiden. Äpfel und zwei der Zwiebeln schälen und würfeln. Die Maronen vierteln.

Mit dem Ei und den Gewürzen wie Salz, Pfeffer, getrocknetes Majoran und Thymian alles in einer Schüssel vermengen. Falls die Masse zu trocken sein sollte, mit etwas Gemüsebrühe oder Fleischbrühe evtl. aus Brühwürfeln anfeuchten ( das ist jedoch dann nicht erforderlich wenn die Innereien durch den Fleischwolf gedreht werden, da entsteht Feuchte genug).

**2. Arbeitsschritt** Die Gans innen und außen gründlich waschen und trocken tupfen, danach gut mit Salz und Pfeffer innen und außen einreiben. Füllung hinein geben und mit Haushaltsgarn zunähen oder mit Spießchen zustecken. In einen Bratentopf eine Tasse Wasser gießen und die Gans mit der Brust nach

Freigabe	Bearbeiter	Änderungsstand	Datum	Seite
Geschäftsführung Christian Golec 02.06.10	QMB Barbara Bachert	0	Geschäftsführung Christian Golec	Seite 1 von 3

G&C Servicegesell. mbH für Alten- und Pflegeheime	<b>Qualitätshandbuch</b>	Geltungsbereich:  <b>Küche</b>
---	--------------------------	--------------------------------------

## Rezeptur

unten hineinlegen.

Zwiebelstücke außen herum legen, Deckel auf den Bräter und in den 250 Grad vorgeheizten Backofen schieben.

**3. Arbeitsschritt** Nach 1 Stunde die Gans wenden, so dass die Brust oben ist. Die Temperatur auf 220 Grad zurückdrehen und die Gans eine weitere Stunde schmoren bzw. braten lassen.

Jetzt ist auch schon Fett ausgetreten, mit dem die Gans hin und wieder begossen wird.

In einem Schüsselchen mit Salzwasser 1 Teelöffel getrockneten Beifuß einweichen und zwischendurch die Gans damit bepinseln. Unter den Flügeln und an den Schenkeln mit einer Gabel leicht einstechen, damit das Fett austreten kann. Den Deckel immer wieder auflegen.

**4. Arbeitsschritt** Drei Stunden Bratzeit sollte man schon einplanen. In der letzten Stunde öfter nachschauen, die Gans bepinseln und mit dem Bratensud begießen. Ist sehr viel Fett ausgetreten, muss es abgeschöpft werden (leckeres Gänseschmalz). Sobald sich die Gans dem Garpunkt nähert, lässt man den Deckel weg, damit die Haut schön kross und knusprig wird. Vielleicht am Schluss noch für zwei bis drei Minuten den Grill dazu schalten.

Aber früher hatte ich auch keinen Grill im Backofen und die Braten sind auch so knusprig geworden.

**5. Arbeitsschritt** Wenn die Gans fertig gebraten ist, legt man sie auf den Deckel des Bräters oder ein Blech und hält sie im ausgeschalteten Ofen heiß. Man schöpft das Fett vom Bratensud gut ab und löst mit Wasser und dem Apfelsaft den Bratenansatz gut vom Bräter ab. Mit angerührtem Mehl oder mit Soßenbinder ein sämige Soße herstellen und durch ein Sieb gießen.

### Bemerkung:

Zu Knödeln und Rotkohl ein festliches Weihnachtsmahl.

Freigabe	Bearbeiter	Änderungsstand	Datum	Seite
Geschäftsführung Christian Golec 02.06.10	QMB Barbara Bachert	0	Geschäftsführung Christian Golec	Seite 2 von 3

G&C Servicegesell. mbH für Alten- und Pflegeheime	<b>Qualitätshandbuch</b>	Geltungsbereich: <b>Küche</b>
---	--------------------------	----------------------------------

Rezeptur

## Gänsebraten gefüllt

### Energiegehalt pro Portion:

Energie (Kilokalorien): 345 kcal

Energie (Kilojoule): 1.442 kJ

Broteinheiten: 2,99 BE

Kohlenhydrate, resorbierbare: 35,89 g

Eiweiß: 11,68 g

Fett: 16,98 g

Ballaststoffe: 5,59 g

Freigabe	Bearbeiter	Änderungsstand	Datum	Seite
Geschäftsführung Christian Golec 02.06.10	QMB Barbara Bachert	0	Geschäftsführung Christian Golec	Seite 3 von 3