



Süß - saure „Vierländer Gänsekeule“ mit Rosinensoße, Spitzkohlgemüse

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 1:40 h
- **Fertig in** 2:00 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '120', 'cook_time' : '1:40 h', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : " } });
```

Regional, traditionell, althergebracht, neu überarbeitet

Zutaten

- .4 Stück große, frische Gänsekeulen von der Bauerngans
- 300 g Röstgemüse in groben Würfeln: Möhren, Zwiebeln, Sellerieknolle, Porrèe
- 100 ml weißer Balsamico oder Weinessig
- 100 ml trockener Weißwein
- 1 Glas brauner Gänsefond aus dem Supermarkt
- 2 El Honig
- 1 El Johannisbeergelée
- 1 Tl Puderzucker
- 50 g gewaschene, eingeweichte Rosinen
- Salz, Pfeffer, 2 Lorbeerblätter, 5 - 6 gestoßene Pfefferkörner, etwas gerebelten Beifuss
- Für das Spitzkohlgemüse:
- 500 g geputzter Spitzkohl in 2 cm großen Stücken
- 1 El Weinessig
- 1 mittelgroße Zwiebel in Würfeln
- 50 g magerer Speck, gewürfelt
- 30 g Butter
- 2 El gehackte Petersilie
- Salz, Pfeffer, geriebene Muskatnuss

Zubereitungsart

Schritt1

Der Ansatz:

Schritt2

Die Gänsekeulen zunächst unter fließendem Wasser waschen, trocken tupfen. Das Fett an den Rändern parieren, abschneiden und klein würfeln.

Schritt3

In einem ausreichend großen „Bräter“ auslassen und die mit Salz und Pfeffer gewürzten Gänsekeulen kurz „absteifen“ lassen, ohne viel Farbe nehmen zu nehmen.

Schritt4

Zunächst heraus nehmen und das Röstgemüse mit etwas Puderzucker kurz angehen lassen. Mit etwas Essig, dem Weißwein und einem 1/4 l Wasser ablöschen.

Schritt5

Die Gänsekeulen mit den Gewürzen wieder dazu geben .

Schritt6

Bei geschlossenem Decker ca. 1 Stunde im Backofen leise schmoren lassen.

Schritt7

Heraus nehmen, prüfen, etwas abkühlen lassen und mit dem Honig einstreichen. Für 30 - 40 min. in den auf 180 ° C vorgeheizten Backofen geben.

Schritt8

Zwischendurch erneut mit Honig einstreichen, schön weich zu Ende garen.

Schritt9

(Wenn sich das Fleisch vom Knochen löst, sind die Keulen fertig)

Schritt10

Die Rosinensoße:

Schritt11

Den Schmorfond durch ein Küchensieb passieren, ev. entfetten und mit dem Gänsefond und dem Johannisbeergelée auf die erforderliche Menge reduzieren, nachschmecken.

Schritt12

Die Rosinen dazu geben, ev. leicht mit Speisestärke binden.

Schritt13

Das Spitzkohlgemüse:

Schritt14

Den Speck anbraten, etwas Farbe nehmen lassen und die Zwiebeln dazu geben, mit 1 El Weinessig abloschen. Den Spitzkohl dazu geben, mit Salz, Pfeffer und etwas geriebener Muskatnuss würzen.

Schritt15

Ev. 2 El Wasser angießen und bei geschlossenem Deckel 4 - 5 min

Schritt16

„bissfest “ schmoren. Nachschmecken und die gehackte Petersilie dazu geben.

Schritt17

Anrichtevorschlag.

Schritt18

Dazu passt ein rustikaler Kartoffelstampf., Butterkartoffeln oder Kartoffelpürrèe

Rezeptart: Niedersächsisch **Tags:** althergebracht, neu überarbeitet, regional, traditionell

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/suess-saure-vierlaender-gaensekeule-mit-rosinensosse-spitzkohlgemuese/>