



Gefüllte Gans (Niedrigtemperatur)

Die meist verpackten Innereien der Gans entfernen. Gans auswaschen, salzen. Die Innereien säubern (meistens muss der Magen noch geputzt werden), fein hacken oder im Mixer anpürieren.

Staudenselleriestangen waschen, in feine Scheiben schneiden. Apfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und in Stückchen schneiden. Die Toastbrotscheiben würfeln. Die Esskastanien aus der Vakuumverpackung nehmen und grob würfeln. Die Zwiebeln in feine Würfel schneiden.

Alle Zutaten in einer großen Schüssel mischen. Mit reichlich Thymian (3 EL), Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen und in die Gans füllen. Gänseöffnung schließen. Geht ganz einfach mit 3 oder 4 Rouladennadeln, über die man im Zick-Zack Küchengarn legt, zuzieht wie bei einem geschnürten Korsett oder Wanderstiefeln und eine Schleife macht. Vorteil: Ist die Gans fertig, entfernt man nur die Nadeln und kann das Garn dann abnehmen, ohne große Fummelei. Gans von außen sparsam salzen.

Gans nun in den vorgeheizten Backofen bei 220° ca. 1 Stunde braten, dann mindestens 7 Stunden bei Niedrigtemperatur 80° weiter schmoren lassen. Die Gans wird butterzart und bleibt saftig.

Wir stellen die Gans ca. 1 Stunde vor dem Schlafengehen in die Röhre, schalten nach 1 Stunde auf Niedrigtemperatur. Wer morgens als erster aufsteht, stellt dann den Backofen ab. Die Gans bleibt dann im Backofen und man bracht sie nur noch ca. 1/2 Stunde vor dem Essen im Backofen aufwärmen, bei ca. 180°.

Die Fülle aus der Gans holen und als Beilage servieren, sehr köstlich!

Ergänzung der Chefkoch.de Rezeptbearbeitung am 22.12.2018, da immer wieder danach gefragt wurde:

- Die Gans wird auf den Rost gelegt, Brust nach oben. Die Fettpfanne kommt darunter, um das austretende Fett aufzufangen.
- Alle Temperaturangaben beziehen sich auf Ober-/Unterhitze, auch die 80 °C Niedrigtemperatur. (Man sollte mit einem Backofenthermometer einmal prüfen, ob diese Temperatur bei entsprechender Einstellung am Ofen auch erreicht wird. Auch das Fleischthermometer kann man dafür zweckentfremden.)



Zutaten für 4 Portionen:

1	Gans, ca. 5 kg
3 Stange/n	Staudensellerie
1 große	Zwiebel(n)
1	Apfel, säuerlich
6 Scheibe/n	Toastbrot
250 g	Marone(n), fertig gegarte, vakuumierte
	Leber(n), Magen, Herz der Gans
	Thymian
	Salz
	Pfeffer

Rezept von: matti

Arbeitszeit ca. 1 Stunde
Koch-/Backzeit ca. 8 Stunden

Gesamtzeit ca. 9 Stunden

Schwierigkeitsgrad normal
