

Gänsebrust mit Granatapfelsonse

Fleisch-Gerichte » Gänse-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

- » 1,2kg Gänsebrustfilet(s)
- » Salz & Pfeffer
- » 750g Kartoffel(n)
- » 500g Champignons
- » 3 Stiele Petersilie
- » 1 Granatapfel/-äpfel
- » 1/4l Milch
- » 1 Prise Muskat
- » 1 EL Instant-Hühner-Brühe
- » 1 EL Butter/Margarine
- » 200g Steinpilze
- » 200g Marone(n)
- » 1 EL Stärke
- » Thymian

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

16-20€



Zubereitungszeit

91-120min

Zubereitung

1. Gänsebrust waschen, trockentupfen und auf die Fettpfanne des Backofens setzen. 1/4l Wasser angießen. Im heißen Ofen bei 175°C ca. 90min braten. Dabei von Zeit zu Zeit mit dem heißen Bratfett übergießen und mit Salzwasser bestreichen.

2. Inzwischen Kartoffeln schälen, waschen, vierteln und in Salzwasser ca. 20min kochen. Champignons putzen, evtl. waschen und halbieren. Petersilie waschen und trockenschütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Den Granatapfel halbieren und die Kerne vorsichtig herauslösen.

3. Kartoffeln abgießen und kurz ausdampfen lassen. Anschließend die Kartoffeln mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken und die Milch unterrühren. Das Kartoffelpüree mit Salz und etwas Muskat würzig abschmecken.

4. Gänsebrust aus dem Backofen nehmen und warm stellen. Das Bratfett abgießen, den Bratsatz mit 400ml Wasser ablöschen. Den Bratfond durch ein Sieb in einen kleinen Topf gießen. Hühnerbrühe einrühren und kurz aufkochen lassen.

5. Fett in einer großen Pfanne erhitzen. Champignons, Steinpilze und Maronen zufügen und darin knusprig anbraten. Pilzmischung mit Salz und Pfeffer würzen. Gehackte Petersilie darüber streuen.

6. Stärke mit 1EL Wasser glatt rühren, in den Bratfond rühren und unter Rühren aufkochen lassen. Die Granatapfelkernen zufügen und in der Bratensoße erwärmen.

7. Die Gänsebrust vorsichtig vom Knochen lösen und in Stücke schneiden. Gänsebrust mit dem Püree, dem Pilz-Maronen-Gemüse und der Granatapfelsonse auf Tellern anrichten. Mit Thymian garnieren und servieren.

Nährwerte: 690kcal/E35g/F35g/KH54g pro Portion

angelegt am: 05.05.2005

Rezept-Nr: 1901

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke