

## FRÄNKISCHE TAPAS



### Fränkische Martinsgans

#### Zutaten:

1 Gans  
Suppengemüse  
Äpfel  
Zwiebeln  
trockener Weißwein  
1 Bund frischer Beifuß  
Salz  
Pfeffer  
Geflügelbrühe

#### Zubereitung:

Die ausgenommene Gans waschen und trocken tupfen.  
Das vorhandene Bauchfett aus der Bauchhöhle entfernen.  
Die Gans innen gut salzen und pfeffern. Äpfel vierteln, aber nicht schälen und das Kerngehäuse entfernen, Zwiebel ebenfalls vierteln. Jetzt die Gans mit den Zwiebeln, Äpfeln, eventuell Innereien und Beifuß füllen. In Franken wird neben dem Kümmel gerne Beifuß zum Würzen verwendet. Der Beifuß macht hilft fette Speisen leichter zu verdauen. Der Bauch kann mit Zahnstochern verschlossen werden. Die Gans außen leicht salzen und pfeffern und auf der Bauchseite in einem Bräter legen (man kann auch ein tiefes Backblech verwenden). Die Geflügelbrühe ca. 3 cm hoch aufgießen und das klein geschnittene Suppengemüse hinzugeben. Jetzt 1 Stunde bei 200° C im Backofen braten. Dabei muss die Gans gelegentlich mit dem eigenen Saft übergossen werden. Wir verwenden zusätzlich auch eine halbe Flasche Bier zum Übergießen. Ich brate die Gans auf Niedrigtemperatur bei 80° C acht Stunden (Bei 200° C braucht er gut 4 Stunden). Danach entnehme ich die Soße und brate die Gans jetzt auf dem Rücken noch eine Stunde bei 180° C. Hier gieße ich auch alle 10 Minuten etwas Bier oder Bratensaft über die Gans, damit die Haut schön knusprig wird.  
Das Gemüse der Soße abseihen und 1 Glas Weißwein hinzugießen. Ist es zu wenig, kann noch etwas Geflügelbrühe dazu gegeben werden. Zum Schluss 2 kleine Schöpfkellen vom Bratenfond der Gans aus dem Ofen zur Soße geben und mit Salz abschmecken.  
Die Gans wird mit Klößen und Blaukraut serviert.

**Tipp:** Preiselbeeren harmonieren hervorragend zum Gänsefleisch.