

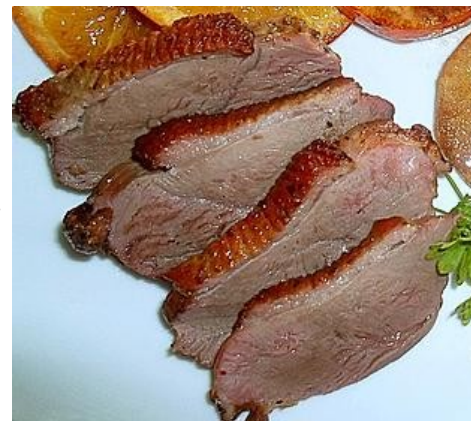
Gänsebrustfilet

für 4 Personen

3 Gänsebrustfilets à 400 g

Herd auf 180 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen, Auflaufform mit vorheizen.

Gänsebrust waschen, trocken tupfen,
auf der Hautseite rautenförmig einschneiden, aber nicht bis zum Fleisch.
Entenbrüste mit der Fettseite nach unten in eine kalte Pfanne geben.
Kein Fett zugeben. Herd erst auf volle Hitze schalten, dann auf mittlere.
So lange (ca. 7 Minuten) anbraten, bis die Fettschicht schön knusprig ist.
Gänsebrust auf der Fleischseite in die Pfanne legen. 3 Minuten braten lassen, dabei schauen, dass die Brust nun an allen Stellen angebraten ist.
Gänsebrust aus der Pfanne nehmen, mit der Fettseite nach oben in eine Auflaufform legen, ausgebratenes Fett dazu geben.
Die Auflaufform in den vorgeheizten Herd stellen.
Die Gänsebrust nach 30 Minuten aus dem Herd nehmen.



Dazu: Kartoffelpüree

Rotweinschalotten

1 kg	Schalotten
	Öl
1 EL	Zucker oder Puderzucker
1 Schuss	Rotweinessig
400 ml	Rotwein
400 ml	Fond
200 g	Johannisbeergelee
2	Lorbeerblätter
1 Zweig	Rosmarin
	Salz, Pfeffer
	Speisestärke



Schalotten abziehen und in Öl 2 Minuten braten,
den Zucker darüber geben und eine Minute weiterbraten, mit Essig ablöschen,
Rotwein, Fond und Johannisbeergelee, Lorbeerblätter und Rosmarin dazugeben und 30 Minuten schmoren.
Mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit Speisestärke abbinden.

Belugalinsen mit Dattelpaste

4 EL	Dattelpaste
1 Tasse	Belugalinsen
1 EL	Olivenöl
2 TL	Crema di Balsamico
2 TL	Dattelpaste



Linzen in drei Tassen kochendem Wasser in ca. 20 Minuten weich kochen und abgießen.
Öl, Balsamico und Dattelpaste untermischen.

Dattelpaste (vorher vorbereiten)

100 g Datteln

Datteln entsteinen, mit heißem Wasser knapp bedecken für mindestens 1-2 Stunde einweichen lassen.
Datteln in den Mixer geben und pürieren, Einweichwasser zugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. (Ca. 100 g Datteln und 150 g lauwarmes Wasser)