

## Gänsekeulen Normandie

Von **Für jeden Tag** 11/2006



Foto: Matthias Haupt

### Zubereitung

1. Gänsekeulen mit Salz und Pfeffer würzen. Im heißen Bräter auf der Hautseite bei mittlerer Hitze 8-10 Min. anbraten, damit das Fett austreten kann. Keulen wenden und von der anderen Seite ebenso anbraten.
2. Zwiebeln schälen, längs vierteln, zu den Gänsekeulen geben und 1 Min. mitbraten. Fett abgießen, 200 ml Cidre zu den Keulen gießen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad auf einem Rost auf der 2. Schiene von unten 50 Min. braten (Umluft nicht empfehlenswert).
3. Inzwischen die Kerngehäuse der Äpfel ausstechen und Thymianstiele in die Äpfel stecken. Wacholderbeeren mit einer großen Messerklinge andrücken. Nach 50 Min. Garzeit Äpfel in den Bräter setzen, Zucker darüber streuen, 200 ml Cidre und die Wacholderbeeren zugeben und weitere 20-25 Min. mitbraten. Keulen und Äpfel sofort servieren.

**essen &  
trinken**

[www.essen-und-trinken.de](http://www.essen-und-trinken.de)

### Zutaten

#### Für 4 Personen

Ergibt 4 Portionen

4 Gänsekeulen (à ca. 400 g)  
Salz  
Pfeffer  
2 kleine Zwiebeln  
400 ml lieblicher Cidre  
4 säuerliche Äpfel (à 150 g, z. B. Elstar)  
8 Stiele Thymian  
6-8 Wacholderbeeren  
2 TL Zucker

### Zubereitungszeit

1 h 35 min