



Gänsekeule

AUF RAHMWIRSING

- 1 Die Sous Vide gegarten Gänsekeulen aus der Verpackung nehmen und trocken tupfen.
- 2 Die Gänsekeulen mit etwas Salz und Pfeffer würzen und im Grill oder Backofen bei 220 ° C indirekter Hitze für 20-25 Minuten erhitzen. (Backofen = Umluft)
- 3 Vom Wirsing die äußeren Blätter entfernen und den Wirsing kurz abwaschen.
- 4 Den Wirsing halbieren, Strunk entfernen und grob in Streifen schneiden.
- 5 Die Zwiebel und den Knoblauch schälen, und fein würfeln.
- 6 Die Butter in einem Topf oder einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel- und Knoblauchwürfel glasig dünsten.
- 7 Den Wirsing hinzugeben und bei mittlerer Hitze zugedeckt etwas 6-8 Minuten schmoren.
- 8 Anschließend die Sahne und den Muskat zugeben und weitere 7-8 Minuten köcheln lassen.
- 9 Den Wirsing mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken und zusammen mit der Gänsekeule servieren.



JETZT
KAUFEN!



JETZT
KAUFEN!



JETZT
KAUFEN!

Zutaten

für 2 Personen
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Fresh Kitchen Gänsekeule	
Sous Vide, je 550 g	2
Pfeffer	
Salz	
mittelgroßer Wirsing	1
große Zwiebel	1
Knoblauchzehen	2
Butter	50 g
Muskat, gerieben	
Schlagsahne	200 ml
Ahornsirup	2 EL