



FÜR  
4 PERSONEN



VORBEREITUNG  
25 MIN.



GARZEIT  
25 – 30 MIN.



METHODE  
PFANNE & OFEN



SCHWIERIGKEIT  
MITTEL

# Gänsebrust mit Marroni & Preiselbeeren

Saftige Gänsebrust trifft auf süsslich-nussige Marroni und fruchtige Preiselbeeren – ein festliches Gericht mit ausgewogener, herbstlicher Aromatik.

## Zutaten

### Für die Gänsebrust

- 2 Gänsebrüste
- Salz und schwarzer Pfeffer
- 1 TL Thymian
- 1 TL Rosmarin

### Für die Beilage

- 250 g gekochte Marroni
- 150 g Preiselbeeren
- 1 kleine Schalotte
- 1 dl Apfelsaft
- 1 EL Honig
- 1 EL Butter

### Zum Servieren

- Kartoffelpüree
- Rotkohl
- Frische Kräuter

## Zubereitung

1. Die Haut der Gänsebrüste reutenförmig einschneiden, ohne ins Fleisch zu schneiden. Mit Salz, Pfeffer, Thymian und Rosmarin würzen.
2. Brüste mit der Hautseite nach unten in eine kalte Pfanne legen und bei mittlerer Hitze langsam knusprig braten. Wenden und kurz anbraten.
3. Im vorgeheizten Ofen bei 160 °C je nach Dicke 12–18 Minuten fertig garen. Anschliessend 5–8 Minuten ruhen lassen.
4. Schalotte in Butter anschwitzen, Marroni zugeben und mit Apfelsaft ablöschen. Honig und Preiselbeeren unterheben und kurz glasieren.
5. Gänsebrust in Scheiben schneiden und mit Marroni, Preiselbeeren und den gewünschten Beilagen anrichten.



### Empfohlenes Zubehör

Ofenfeste Pfanne, scharfes Messer, kleiner Topf



### Tipp

Die Gänsebrust vor dem Aufschneiden unbedingt ruhen lassen. So bleibt sie saftig und lässt sich sauber tranchieren.