

# Christian Henze | Pommersche Gänsekeulen mit Pflaumen-Sauce

---

😊 [happy-mahlzeit.com/2021/12/04/christian-henze-pommersche-gaensekeulen-mit-pflaumen-sauce/](https://happy-mahlzeit.com/2021/12/04/christian-henze-pommersche-gaensekeulen-mit-pflaumen-sauce/)

## Zutaten für 4 Personen:

- 4 Gänsekeulen
- 2 EL zerlassene Butter
- Salz
- Pfeffer
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Lorbeerblatt
- 4 Pimentkörner
- ½ TL schwarze Pfefferkörner
- ½ Apfel
- 1 Streifen unbehandelte Zitronenschale
- getrockneter Majoran

## Für die Sauce:

- ca. 12 Backpflaumen
- 1 Bund Suppengemüse
- 3 EL Öl
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Puderzucker
- ¼ Liter Rotwein
- ½ Liter Hühnerbrühe

## Zubereitung:

Die Backpflaumen mit 100 ml heißem Wasser übergießen, ziehen lassen. Gemüse putzen, waschen bzw. schälen und in kleine Würfel schneiden. Das Gemüse in einem Bräter im Öl anbraten, Tomatenmark kurz mitrösten. Mit Puderzucker überstäuben, ca. 100 ml Wein angießen und einkochen lassen. Restlichen Wein und die Brühe hinzufügen und auf die Hälfte einkochen.

Den Backofen auf 150°C vorheizen.

Die Gänsekeulen waschen, trocken tupfen und mit der Butter bestreichen. Die Keulen mit Salz und auf dem Saucenansatz im Bräter legen. Im Ofen etwa 4,5 Stunden weich schmoren. Nach etwa 3,5 Stunden die geschälte Knoblauchzehe, das Lorbeerblatt, die Piment- und die Pfefferkörner dazugeben.

Die Keulen aus dem Bräter nehmen und warm halten.

Den Saucenansatz eventuell entfetten und durch ein Sieb in einen kleinen Topf gießen, dabei das Gemüse gut ausdrücken. Den Apfel schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Mit den Backpflaumen und dem Einlegewasser zur Sauce geben. Die Pflaumen-Sauce kurz köcheln lassen und nach Belieben leicht binden. Die Zitronenschale 2 Minuten in der Sauce ziehen lassen und wieder entfernen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Majoran würzen.

Die Gänsekeulen mit der Pflaumen-Sauce anrichten. Dazu schmecken Klöße und Wurzelgemüse.

Rezept: Christian Henze

Quelle: Leichter leben / Iss was?! vom 11. November 2011

Episode: Typische Gerichte aus Mecklenburg-Vorpommern