



## Gänsekeulen mit Apfel-Zwiebel-Senf-Sauce

### Zutaten

- 900 g Gänsekeulen
- 3 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 1 EL Maggi Würzmischung 1, für gebratenes Fleisch
- 125 g Äpfel
- 100 g Frühlingszwiebeln
- 20 ml Weißwein
- 400 ml Wasser
- 100 ml Schlagsahne
- 2 Beutel MAGGI Für Genießer Rahmbraten Sauce
- 1 EL THOMY Delikatess-Senf mittelscharf (im Glas)
- etwas Salz

### Zubereitung

1. Gänsekeulen waschen und reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Die Gänsekeulen darin ca. 1 Std. bei mittlerer Temperatur kochen, herausnehmen und abtropfen lassen.
2. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen.
3. 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl mit MAGGI Würzmischung 1 - gebratenes Fleisch verrühren und die Gänsekeulen rundherum mit dem Würzöl einpinseln und auf ein Backblech legen. Im Backofen ca. 40 Min. knusprig braten.
4. Für die Sauce Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen und in Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden.
5. In einem Topf 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Äpfel und Frühlingszwiebeln kurz andünsten.
6. Mit Weißwein ablöschen, Wasser und Sahne aufgießen. MAGGI Für Genießer Rahm Bratensauce einrühren, zum Kochen bringen und kurz kochen. Mit THOMY Delikatess-Senf abschmecken. Dazu Semmelknödel und Sauerkraut servieren.

#### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	21 g
Energie	1044 kcal
Fett	86 g
Protein	47 g

🕒 110 Minuten

⊕ 3 Portionen