

Keulen von der Kanadagans



- 8 x Keulen , Kanadagans, alternativ Grau- oder Nilgans
- 16 Scheibe Speck
- 200 Gramm Risotto-Reis
- 1 Tasse Gemüsebrühe
- 5 x Kirschtomaten
- 1 Bündel Lauchzwiebeln
- 1 Packung Parmesankäse
- 1 Esslöffel Butter
- 1 Schuss Olivenöl
- 1 Schuss Schwarzkirsch-Balsam , oder ein anderer fruchtiger Balsam-Essig
- 1 Teelöffel Senf
- 1 x Salz und Pfeffer
- 1 Teelöffel Honig

1. Die Gänsekeulen in eine hitzebeständige Vakuumentüte legen und evakuieren. Im Wasserbad bei 65 Grad Celsius für 8 Stunden sous-vide garen.
2. Aus Öl, Honig, Kirchbalsam, Senf, Salz und Pfeffer eine Marinade anrühren. Die Keulen aus dem Beutel nehmen und marinieren. Nun mit den Speckscheiben umwickeln.
3. Für das Risotto: den Reis in eine beschichtete Pfanne geben und in Butter leicht anrösten. Nun mit Gemüsebrühe auffüllen bis der Reis vollständig bedeckt ist. Auf kleiner Flamme ziehen lassen und den Reis quellen lassen. Ggf. Brühe nachgießen. Ist der Reis fertig, Parmesankäse darüber reiben und unterrühren. Kirschtomaten und Lauch würfeln, ebenfalls unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Die Keulen bei direkter Hitze zirka drei bis fünf Minuten je Seite grillen.