

## 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<br>fruchtiger Balsam-Essig |
| 1 Teelöffel | Senf   |
| 1 x         | Salz und Pfeffer   |
| 1 Teelöffel | Honig  |

1. Die Gänsekeulen in eine hitzebeständige Vakuumtüte legen und einvakumieren. 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.