

Gęś pieczona z kapustą kwaszoną na słodko



2MILUTKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

Lista składników

gęś 1 sztuka-piers ze skórą

Marynata

miód 2 łyżki

sos sojowy 2 łyżki

imbir mielony 1 łyżeczka

oliwa 2 łyżki

sól morska do smaku

Pieprz kolorowy- MŁYNEK do smaku

Kapusta na słodko

kapusta kiszona 1 litr

chudy boczek 20 dag

cebula 1 sztuka

jabłko 1 sztuka

miód prawdziwy 1/2 szklanki

żurawina suszona 1 łyżka

rodzynki 1 łyżka

woda 1/2 litra

mąka pszenna 1 łyżka

sól do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Pierś z gęsi rozmroziłam w lodówce, umyłam, osuszyłam ręcznikiem papierowym, skórkę ponacinałam delikatnie aby nie naruszyć struktury mięsa. Ułożyłam w naczyniu żaroodpornym Przygotowałam marynatę: Miód zmieszałam z sosem sojowym, oliwą , dodałam imbir oraz sól i utarty pieprz kolorowy, natarłam marynatą mięso z każdej strony, zamknęłam naczynie i wstawiłam na całą noc do lodówki. Następnego dnia podlałam mięso połową szklanki wody i piekłam w zamkniętym naczyniu przez 1,5 godziny w temp 180*c, zostawiłam piekarniku aż całkiem ostygło mięso. Tłuszcz z pieczenia zlałam do miseczki.
- KROK 2 Kapusta na słodko: Kapustę kwaszoną odcisnęłam -kwas zostawiłam do zakwaszenia, a kapustę zalałam zimną wodą i gotowałam do miękkości, odcedziłam na durszlaku.
- KROK 3 Tłuszcz z pieczenia mięsa przelałam do garnka, wrzuciłam do niego pokrojoną w kostkę cebulę oraz boczek i przesmażyłam pod przykryciem 5 minut, po czym dodałam łyżkę mąki, wrzuciłam ugotowaną kapustę, wlałam wodę, doprawiłam do smaku solą oraz pieprzem, gotowałam pod przykryciem 5 minut.
- KROK 4 Na patelnię wlałam miód wrzuciłam pokrojone w kostkę jabłko-obrane ze skórki i skarmelizowałam jabłka aż zaczęły być miękkie,
- KROK 5 dodałam do kapusty razem z żurawiną i ewentualnie wisniami, całość zakwasiłam dwoma łyżkami soku z kapusty, pogotowałam kolejne 5 minut, zestawiałam z ognia. Podałam gęś na półmisku obłożoną duszoną kapustą. Smacznego!