

# „Luftbüffel“ nach der Niedrig-Temperatur-Methode

(Es eignen sich alle „Luftbüffel-Rassen“ wie Pute, Gans, Truthahn etc.)

In der Regel gibt es dieses Gericht bei uns traditionell am 2. Weihnachtstag



## Zutaten (für 4 Personen)

1 Luftbüffel (Gans, Trute, Pute o.ä.) mit ca. 5 - 6 kg Gewicht  
4 – 6 saure Äpfel (z.B. Boskop)  
2-3 EL Beifuß (getrocknet, Gewürzdose)  
1-2 EL Majoran (getrocknet, Gewürzdose)  
2 Zwiebeln  
4 Knoblauchzehen  
200ml Sauerkirschsaft  
Pfeffer  
Salz  
Öl zum einreiben (normales Salatöl)  
500ml Brühe (aus Brühwürfeln, Instantbrühe etc...vollkommen egal)

---

NT = Niedrig-Temperatur-Garen =wenig Hitze= lange braten! = insgesamt ca. 8-10 Stunden!

Auf die Beilagen wie Klöße, Rotkohl etc. gehe ich nicht extra ein. Zum Einen mag jeder als Beilage wohl etwas Anderes und zum Anderen bedarf die Zubereitung von Beilagen wohl keiner Erklärung. Achtung! Der Luftbüffel muss bereits am Vorabend angebraten werden!!! Also bitte diese Zeit mit einplanen.

Eine kurze Anmerkung zum „übergießen“ im Rezept: Zuviel gibt es nicht, nur zu wenig. Also lieber regelmäßig etwas mit der benannten Flüssigkeit übergießen.

## Küchengeräte

- großer Bräter, Bratblech oder Ähnliches, Rost
- stabiler Zwirn (festes Nähgarn) mit Nadel
- Schüssel für die Füllung

## Zubereitung

1. Wenn der Luftbüffel ein Tiefkühlprodukt ist, muss er/sie aufgetaut werden. Das Tier wird ausgenommen! Danach wird er/sie Innen und Außen gewaschen. Wir schneiden den „Popo“

- immer ab.
2. Äpfel, Zwiebeln und Knoblauchzehen klein schneiden (würfeln). Alles in eine Schüssel geben.
  3. Nun die Gewürze untermischen und mit dem Sauerkirschaft übergießen. Man sollte auch hier schon etwas Pfeffer und Salz hinzu geben.
  4. Wenn die Füllung fertig gemischt ist, wird sie in den Luftbüffel gefüllt. Eventuelle Restflüssigkeit vom Kirschaft gießen wir in den hochgehaltenen Luftbüffel über die Füllung hinein.
  5. Nun wird der Luftbüffel am Eingang und am Ausgang verschlossen :-). Das bedeutet, dass er/sie sowohl oben am Halsbereich (Halslappen) als auch an der „Popo-Seite“ nun mit Zwirn zugenäht wird.
  6. Jetzt wird der Backofen (Umluft) auf 220° Celsius vorgeheizt.
  7. In der Zwischenzeit wird der Luftbüffel von Außen auch gesalzen und gepfeffert.
  8. Wenn der Backofen vorgeheizt ist, reiben wir den Luftbüffel noch einmal komplett mit Salatöl ein.
  9. Jetzt legen wir den Luftbüffel mit der Brust in den Bräter bzw. auf das Bratblech. Die Brust nach UNTEN auf's Blech! Das Blech kommt in den untersten Backofen-Einschub.
  10. Jetzt wird der Luftbüffel mit der Brühe „angegossen“, also die Brühe wird einfach mit in den Bräter bzw. auf das Backblech gegossen. Dadurch brennt das Viech nicht fest und es entsteht ein feuchtes Klima im Ofen, welches dem Geschmack des Fleisches sehr zuträglich ist.
  11. Wenn man noch etwas „Flomen“ von den Innereien des Luftbüffels hat, kann man diese auch dazu legen.
  12. Jetzt wird der Luftbüffel ca. 60min. angebraten (ohne umzudrehen! bei ca. 220°C-Umluft). Er/sie sollte jedoch möglichst oft mit der sich ansammelnden Flüssigkeit (aus Brühe und austretendem Fett) übergossen werden. Wir biegen dazu immer einen Esslöffel leicht an.
  13. Darauf achten, dass der Luftbüffel nicht zu dunkel (schwarz) wird, ggf. lieber die Temperatur etwas herunter regeln.
  14. Wenn die Zeit (60min) um ist, den Backofen ausschalten.
  15. Auch nach dem Ausschalten den Luftbüffel hin und wieder mit der ausgetretenen Flüssigkeit begießen.
  16. Die letzte Ruhe für den Luftbüffel (Nachruhe im Ofen).
  17. Nun, am nächsten Morgen stellen wir den Backofen einfach an und zwar auf 80° bis maximal 90° Celsius (Umluft).
  18. Der Luftbüffel liegt noch unverändert auf dem Blech bzw. im Bräter.
  19. Einzig: Der Luftbüffel wird jetzt gleich noch einmal mit der Flüssigkeit aus dem Blech/dem Bräter übergossen.
  20. Für ca. 60min bleibt der Luftbüffel jetzt so im Ofen und wird regelmäßig wieder übergossen.
  21. Jetzt wird der Luftbüffel das einzige Mal umgedreht! Jetzt sollte der Luftbüffel mit der Brust nach Oben liegen.
  22. Jetzt brät der Vogel bei besagter Niedrig-Temperatur so ca. 6-8 Stunden. Diese Zeit sollte man einplanen. Danach kann man ungefähr kalkulieren, wann das Essen fertig ist oder wann man den Vogel Morgens anstellen muss.
  23. Der Luftbüffel sollte regelmäßig mit der Flüssigkeit übergossen werden. Wie bereits am Anfang erwähnt: Zu viel gibt's nicht! Lieber etwas häufiger übergießen. Dadurch bildet sich gerade erst diese leckere knusprig würzige Haut. Da in der Flüssigkeit ja nicht nur die Brühe und das Fett des Vogels ist, sondern auch die Gewürze, der Knofi, die Zwiebeln und die Würze der sauren Äpfel, ist das Übergießen mit der Flüssigkeit überaus wichtig für den späteren Geschmack!
  24. Ca. eine Stunde vor dem Servieren bzw. bevor der Vogel fertig ist, wird das Tier auf einen Rost gelegt (Backblech darunter belassen) bzw. bei diesen Blechbrätern wird der Rost

- eingelegt. Er wird sozusagen im Ofen „umgebettet“. Dadurch wird der Luftbüffel rundherum knusprig und das restliche Fett kann abtropfen.
25. Wenn die letzten 30 Minuten anbrechen, wird der Ofen auf 150° bis 180° Celsius hochgedreht. In diesen „finalen“ 30 min. wird der Luftbüffel NICHT mehr begossen. Er/sie soll ja richtig knusprig werden.
  26. Darauf achten, dass der Vogel in dieser letzten Phase nicht noch verbrennt. Wird er zu dunkel, muss die Temperatur herunter gedreht werden.
  27. Jetzt wird das Tier aus dem Ofen genommen und serviert.
  28. Wir stellen den Luftbüffel in seiner ganzen Pracht auf den Tisch, ...soll heißen: Der Vogel kommt so komplett auf den Tisch (natürlich auf einem Servierblech o.ä.)

Guten Appetit!

### **\*Zusatz-Info's**

Die genaue Garzeit kann man nicht vorher bestimmen. Man muss einen solchen Luftbüffel auch etwas nach Gefühl zubereiten. Es gibt einfach zu viele Unwägbarkeiten wie Gewicht, Fettgehalt etc. Da man aber ungefähr in der „Endphase“ abschätzen kann, wann der Vogel fertig ist, kann man die Beilagen trotzdem passend zubereiten.

Warum „nach Niedrig-Temperatur-Methode“

Weil aus unserer Erfahrung dadurch das Fleisch richtig zart wird, saftig bleibt und die Haut superlecker und knusprig wird.

Die Flüssigkeit, welche im Bräter / auf dem Backblech übrig geblieben ist, sollte man nicht weg gießen. Es ist hochwertiges Fett mit einer geschmackvollen Würze.

Einerseits hält dieses Fett eine gewisse Zeit (lässt sich sogar einfrieren) und Andererseits schmecken z.B. darin gebratene Schnitzel einfach herrlich.

Außerdem schmeißt man nun mal Lebensmittel nicht weg!

Noch etwas zum Copyright:

Sicher wird es auch diesmal wieder irgendwelche „Klugscheißer“ (sorry für die Wortwahl) geben, die meinen bzw. verlauten lassen: „...ähhhbää...das ist aber mein Rezept..blablabla..

Leute, dieses Rezept habe ich Abends am ersten Weihnachtstag 2010 auf einem Schmierzettel in der Küche begonnen und nun, am 31.12.2010 sauber abgetippt und vollendet.

Nach einigen Jahrhunderten „Mensch und Rezepte“ sind gewisse Ähnlichkeiten nicht mehr auszuschließen.

Nein, ich habe die Niedrig-Temperatur-Garmethode, das Garen, die Luftbüffel, die Tiere, die Töpfe und den Ofen NICHT erfunden! ABER:

Jede einzelne Zeile dieses Rezeptes habe ich geschrieben, jede Umschreibung etc. stammt von mir. Lediglich der Begriff „Luftbüffel“ stammt aus dem Internet und ich verwende ihn hier, weil „Luftbüffel“ eine recht nette Umschreibung für nicht näher definiertes essbares Federvieh ist und dieser Begriff mir sehr gut gefällt. Ich habe mich aber natürlich informiert und es ist so, dass dieser Begriff bis zur jetzigen Sekunde nicht geschützt ist und ich ihn somit verwenden darf.

Die Bebilderung stammt ebenfalls von mir und darf von JEDEM und JEDER weiter genutzt werden.

So, damit ist dem ganzen Copyright-Gelaber auch Genüge getan. Ich möchte mich ja nicht auf das Niveau einer nicht näher benannten „Kochrezepte-Frau“ begeben, die gleich Ihre Abmahn-Anwälte losschicken würde ;-)

Jede/Jeder darf dieses Rezept gerne weiter reichen, weiter veröffentlichen oder zur Schau stellen, wie er/sie mag. Jedoch mit einer einzigen Ausnahme: Der Copyright-Hinweis hier unten Rechts im PDF MUSS erhalten bleiben.

(naja..da ich das Internet und die Leute, die sich darin bewegen, ja kenne, hätte ich mir die letzten

Zeilen auch sparen können....tja...ich hab´s wenigstens erwähnt :-)

© 2010 by [www.prepper.de](http://www.prepper.de)