

Gulasch



ZUTATEN: 1 kg Gulasch (Rind oder Schwein)
2 Möhren
½ Sellerie
2 Paprika
1 große Zwiebel, oder 2 Kleine
3 EL Tomatenmark
1l Flüssigkeit (Fleischbrühe oder Wasser)
Salz, Pfeffer



ZUBEREITUNG:

Gemüse waschen.
Möhren, Zwiebel und Sellerie schälen.
Paprika halbieren und den Stiel mit Kerngehäuse entfernen.

Sellerie und Möhren in ganz kleine Würfel schneiden.
Zwiebel und Paprika in etwas größere Würfel schneiden.

Einen Topf mit Öl erhitzen und das Fleisch darin von allen Seiten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch heraus nehmen und bei Seite stellen.

Etwa 1l Flüssigkeit (Fleischbrühe oder Wasser) vorbereiten.

Tomatenmark, Möhren und Sellerie in den heißen Topf geben. Bei mittlerer Hitze anrösten. Mit dem Pfannenwender rühren.

Mit etwa ¼ l der Flüssigkeit ablöschen und reduzieren lassen (einkochen).



Nach und nach immer etwas Flüssigkeit dazu geben und reduzieren lassen, bis die gewünschte Farbe (leicht bräunlich) erreicht ist.



Paprika und Zwiebeln dazu geben.
Kurz köcheln lassen.



Das Fleisch dazu geben.



Mit dem Rest der Flüssigkeit auffüllen.
(Das Fleisch sollte bedeckt sein.)



Zum Kochen bringen und dann auf kleiner Hitze zugedeckt schmoren lassen.



Gelegentlich umrühren und mit Flüssigkeit auffüllen.

Nach etwa 1 Stunde sollte das Fleisch gar sein.
Mit der Gabel testen, ob das Fleisch weich ist.



Das Fleisch aus dem Topf nehmen.



Die Sauce mit einem Pürierstab pürieren.
(muss man aber nicht unbedingt)
Die Sauce sollte jetzt sämig sein!



(Wenn die Sauce zu dünn ist, kann man sie noch etwas einköcheln lassen, also reduzieren.
Zur Not darf man auch etwas Saucenbinder benutzen.)



Das Fleisch wieder dazu geben.



Gulasch auf einen Teller anrichten.

Guten Appetit!

Unsere Kinder essen das Gulasch sehr gerne und am liebsten mit Nudeln.
Kartoffeln, Kartoffelpüree, Klöße und Spätzle schmecken auch sehr gut dazu.

