

Szegediner Gulasch



Fotoquelle BELL Schweiz / Rezept optimiert Fam. Steiner auf Basis Original von Székely Gulyás

Zutaten (für ca. 4-5 Personen)

- 800g Ragout vom Rind (Mager)
- 2 Zwiebeln
- 3 EL HOLL-Rapsöl (Rote Flasche mit gelbem Deckel)
- 3-4 TL Paprikapulver (3/4 Scharf / 1/4 Edelsüss)
- 8 dl Fleisch Bouillon
- 3 Lorbeerblätter
- 500g Sauerkraut (Roh oder vorgekocht)
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- eine Prise Zucker
- 200g Sauerrahm

Zubereitung

1. Fleisch ca. 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.
2. 2 Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden.
3. 3 EL Öl erhitzen und mit starker Hitze das Fleisch von allen Seiten anbraten. Hitze auf mittlere Temperatur reduzieren, Zwiebeln zugeben und glasig dünsten.
4. Paprikapulver unterrühren und kurz anschwitzen. 3 dl Bouillon und Lorbeerblätter zugeben und zugedeckt köcheln lassen.
5. Nach ca. 1 1/4 Stunde Sauerkraut dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Zucker (1 Prise) würzen und 3 dl Bouillon dazugeben. Weitere 45 Minuten garen, bis das Fleisch und das Sauerkraut zart sind.
6. Nebenbei Kartoffeln 10 Min. in Salzwasser kochen. Anschliessend In die Gulaschpfanne geben und 20 Minuten mit den letzten 2 dl Bouillon weiter köcheln lassen.
7. Sauerrahm unterrühren bis er Cremig ist und heiss servieren.