

Rias Rezepte

praxis@ria-allemann.ch

079 282 55 51



Szegediner Gulasch

800 g Schweinsragout mager
oder Pouletstücke (z. B. Schenkel)

3 EL Butter

3 grosse Zwiebeln

3 Knoblauchzehe

4 EL Paprika edelsüss

1 dl Tomatensauce

1/2 Chilischote

2 dl Hühnerbouillon

2 dl Apfelsaft

1 kg Sauerkraut

Mit **Salz + Pfeffer** würzen.

In grosser Pfanne zergehen lassen,
Fleisch darin rundum kräftig anbraten,
dann aus der Pfanne nehmen.

Klein würfeln + in restlicher Butter unter
häufigem Wenden 5 Minuten dünsten.

Darüber stäuben,
dazu geben,

kurz mitdünsten.

Dazu geben

+ kräftig aufkochen.

In einem Sieb unter fliessendem Wasser
spülen, gut ausdrücken + zugeben.

Fleisch wieder beifügen + alles mit **Salz, Pfeffer, Paprika, Muskat + etwas Nelkenpulver**
abschmecken. Das Gulasch zugedeckt auf kleinem Feuer etwa **1 ¾ Stunden** weich schmoren.
Von Zeit zu Zeit die Flüssigkeit kontrollieren – falls nötig Bouillon nachgiessen.

1 kg Die geschälte Kartoffeln **während der letzten 30 Minuten** begeben.

1 dl **Rahm**

250 g **Crème fraîche**

1 EL **Mehl**

Mit dem Stabmixer

durchmischen*. Zugeben, erhitzen,
aber nicht kochen lassen.

** Damit wird ein Ausflocken des Sauerrahms beim Erwärmen vermieden.*

Guten Appetit!