

GULASCH

C/D

½ Rez.

	2 2 1 rote ½	Zwiebeln → Tomaten → Paprikaschote → Karotte →	schälen, grob schneiden häuten, vierteln putzen, waschen, würfeln schälen, würfeln od. raspeln
	600 g	Schweinefleisch oder Rindfleisch	mit Küchenpapier trockentupfen, würfeln (2 – 3 cm groß)
	etwas	Öl oder Butterschmalz →	in einem Dampfdrucktopf erhitzen, Fleisch von allen Seiten kräftig anbraten .
vorbereitetes Bratengemüse zugeben, kurz mitbraten			
	1 TL 1 EL ½ etw.	Paprikapulver Tomatenmark Knoblauchzehe Pfeffer, Thymian	}
	1/8 l	heiße Brühe	zugeben, reduzieren (in 2 – 3 Portionen)
	¼ l	heiße Brühe	aufgießen, Dampfdrucktopf schließen, auf höchster Stufe bis zum 2. Ring ankochen, dann bei mittlerer Hitze fertig garen. Deckel nach absinken der beiden Ringe vorsichtig öffnen.
<p>Garzeit: Schweinefleisch: 50 Min. / im DDT: 15 Min. Rindfleisch: 80 Min. / im DDT 20 Min.</p>			
<p>Nach der Garzeit: Nochmals abschmecken, Soße evtl. binden, mit Crème fraîche verfeinern, in einer Porzellanschüssel anrichten.</p> <p>Garnitur: 1 TL Sauerrahm mit gehackter Petersilie bestreut.</p>			