



Email: [klein@metzgerei.de](mailto:klein@metzgerei.de) Tel: 06173 324970 Web: [www.metzgerei.de](http://www.metzgerei.de)

---



## Rindergulasch ohne anbraten

### Zutaten:

- 1.2 kg zartes Rindergulasch
- 1 Teelöffel Salz
- 0.5 Esslöffel Pfeffer, bunt, geschrotet
- 1 Prise(n) frisch geriebene Muskatnuss
- 2 Esslöffel Paprikapulver, edelsüß
- 1 Esslöffel Senf
- 2 Esslöffel Tomatenmark
- 250 g geschälte Tomaten
- 500 g Zwiebel, grob gewürfelt
- 3 Zehe(n) Knoblauch
- 250 g Paprika, rot, in Streifen
- 100 g Dörrfleischwürfel

---

**Zubereitungszeit:** 10 min

**Kochzeit:** 50 min

**Gesamtzeit:** 1 h

**Schwierigkeitsgrad:** einfach

**Portionen:** 4

1 Esslöffel Zucker

500 ml Rinderfond

500 ml Rotwein

### **und falls zur Hand:**

2 Stück(e) Lorbeerblätter

2 Stück(e) Nelken

4 Stück(e) Wacholderbeeren

1 Stück(e) Bouquet Garni (ein Zweig Thymian und 3  
Zweigen Rosmarin)

---

### **Zubereitung:**

1. Backofen auf 150°C vorheizen.

2. Den Fond und den Rotwein im Bräter zum Kochen bringen. Das Fleisch und alle Zutaten in diesen kochenden Sud geben, obenauf das Bouquet Garni legen. Nelken, Lorbeerblätter und Wacholderbeeren in ein Tee-Ei oder Leinensäckchen geben und in die aufgegosene Flüssigkeit stecken. Deckel drauf und ab geht es in den Backofen.

3. Nach 1 Stunde und 45 Minuten den Bräter aus dem Ofen holen, das Kräutersträußchen und das Tee-Ei entnehmen, den Gulasch mit Mondamin dunklem Saucenbinder eindicken, und mindestens noch 5-10 Minuten leise köcheln lassen.

4. Zum guten Schluss nochmals nach Ihrem Geschmack verfeinern und falls gewünscht, die Sauce mit Zuckercouleur färben, damit die Sauce so dunkel erscheint, als hätten Sie den Gulasch in mühevoller Kleinarbeit nach und nach kräftig angebraten, so wie es unsere Großmütter uns gelehrt haben. Dieses Rezept zeigt, dass dies einfacher und ohne großen Aufwand auch anders geschehen kann!

5. Selbstverständlich können Sie dies genauso mit Schweinegulasch kochen. Die Garzeit beträgt hierfür 1 Stunde und 15 Minuten im Backofen, sowie die 10 Minuten für das einköcheln des Saucenbinders.

6. Beilagen-Empfehlung: Salzkartoffeln oder richtig breite Nudeln sowie Rosenkohl mit Dörrfleischwürfelchen und / oder Blattsalat. Guten Appetit! ... wünscht Ihr Team der Metzgerei Klein