Bunter Szegediner Gulasch-Auflauf

Ausländische Küche » Ungarische Küche

Zutaten (4 Personen)

» 1EL Öl
» 750g Gulasch
» 1 Dose Sauerkraut
» 1 gr. Zwiebel(n)
» 1EL Tomatenmark
» 2EL Paprika-Pulver (edelsüß)
» 2 Lorbeerblatt/ -blätter
» 1 rote Paprika
» 400g Kartoffel(n)
» Salz & Pfeffer
» gem. Kümmel
» 150g Crème fraîche
» 3EL grober Senf
» 3-4 Stiele Majoran
» Petersilie

Bewertung

Beschaffung
in jedem Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
61-90min

Zubereitung

1. Öl in einem Topf erhitzen und das Fleisch darin portionsweise anbraten. Sauerkraut abtropfen lassen. Zwiebel fein würfeln. Fleisch herausnehmen und beiseite stellen. Zwiebel im Bratfett ca. 5min bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten. Tomatenmark zufügen und mit Paprika bestäuben. Mit 1l Wasser ablöschen und aufkochen lassen.

2. Fleisch, Sauerkraut und Lorbeer zufügen und alles zugedeckt ca. 1 Stunde köcheln lassen. Paprika in Würfel schneiden. Kartoffeln schälen und ebenfalls in Würfel schneiden. Paprika und Kartoffeln ca. 10min vor Ende der Garzeit zum Gulasch geben.

3. Gulasch mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzig abschmecken und in eine Auflaufform geben. Crème fraîche und Senf glatt rühren und auf dem Gulasch verteilen. Im vorgeheizten Ofen bei 200°C ca. 15min überbacken. Kräuter abzupfen und den Auflauf damit garnieren.

Nährwerte: 550kcal/E46g/F28g/KH17g pro Portion

angelegt am: 28.05.2003 Rezept-Nr: 326

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke