

Rindergulasch mit Semmelknödel und grünen Bohnen



Zutaten für 3-4 Personen:

400-500 g Rindergulasch aus der Keule
Salz, Pfeffer aus der Mühle
3 EL neutrales Öl
1/2 Zwiebel
1 EL Tomatenmark
150 ml Rotwein (o. Rinderbrühe)
150 ml Gemüsebrühe
3 Karotten
eine dünnere Scheibe Sellerie
grüne/schwarze Oliven (optional)
1 Knoblauchzehe
75 g Champignons (optional)
50 g Bacon
2 TL Speisestärke
3-4 Semmelknödel (selbst gemacht, TK)
grüne Bohnen (TK)

1. Fleisch in Würfel schneiden, sauber parieren.
2. Fleisch salzen und pfeffern und in 3 EL neutralem Öl in einem Schmortopf portionsweise anbraten. In Alufolie warm stellen.
3. Eine halbe Zwiebel würfeln und die Würfel kurz mitanschwitzen.
4. Zuerst mit 150 ml Rotwein und dann später mit 150 ml Gemüsebrühe ablöschen.
5. Die Karotten schälen und in grobe Scheiben schneiden. Den geputzten Sellerie in feine Stückchen teilen. Das Gemüse einschließlich der ganzen geschälten Knoblauchzehe in den

Schmortopf geben.

6. Mindestens eine Stunde bei niedriger Hitze mit geschlossenem Deckel schmoren, immer wieder nachsehen, bei Bedarf Flüssigkeit (Gemüsebrühe) nachgießen.

7. Optional Pilze schälen und in Scheiben schneiden, zugeben. Das Ganze eine weitere Stunde bei milder Hitze schmoren. Knoblauchzehe entfernen.

8. Bacon in feine Streifen schneiden, separat anbraten und 30 min vor Ende zugeben.

9. Kurz vor dem Servieren eventuell 2 TL Speisestärke in kaltem Wasser anrühren, einige Minuten

köcheln, damit die Sauce sämiger wird.

10. Mit Semmelknödeln und grünen Bohnen servieren.

Hinweise:

Eventuell noch einige grüne oder schwarze Oliven mitschmoren. Außerdem kann man vor dem Aufgießen im Schmortopf noch ein wenig Tomatenmark anschwitzen.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 30 min, Gesamtzeit ca. 150 min, Hauptspeisen, Fleisch, Rind, deutsch

Rezept und Foto: Walter
Stand 24.01.2023