



Gulasch vom Schwarzwälder Bio-Weiderind mit Chrysanthemen-Spätzle und Walnuss-Brösel-Schmelze

Rezept: Andreas Miessmer
Rezept für 4–6 Personen

ZUTATEN:

800–900 g Rindfleisch aus der Wade (Alternativ Schulter oder Keule)
300 g Zwiebeln
60 ml Pflanzenöl
2 EL Paprikapulver edelsüß
1 TL Paprikapulver rosenscharf
1 Speckschwarte
1 Knoblauchzehe
1 TL Salz

AUSSERDEM:

1 Knoblauchzehe
Abrieb ½ Bio-Zitrone
¼ TL Kümmel
1 TL Majoran und Thymianblättchen grob geschnitten
10 g Butter

1. Rindfleisch in gleichmäßige Würfel von etwa 3 cm Kantenlänge schneiden.
2. Zwiebeln schälen und in feine Würfel teilen. Öl in einem flachen Topf erhitzen und die Zwiebeln darin glasig schwitzen. Gulaschfleisch zufügen und rundherum darin anbraten. Paprikapulver und Salz darüber streuen und verrühren. Soviel Wasser aufgießen, bis das Fleisch leicht bedeckt ist. Das Gulasch zum Kochen bringen, die Hitze reduzieren und 90–120 Min. bei reduzierter Hitze garen. Wer möchte, kann gerne eine Speckschwarte und Knoblauchzehe zufügen.
3. Zwischenzeitlich Knoblauch auf einem Brett fein schneiden, Zitronenabrieb, Kümmel und Kräuter hinzufügen, mit der Butter belegen und gemeinsam hacken, alles gut vermengen und kaltstellen.
4. Etwa 10 Min vor Garzeitende die angefertigte Würzbutter unterrühren, Gulasch sämig einkochen und abschmecken.

DAZU PASST: Chrysanthemen-Spätzle mit Walnuss-Brösel-Schmelze

500 g Frische Eierspätzle aus dem Kühlregal
10 g Sauerrahmbutter
1 Prise Salz
2 Handvoll Speisechrysanthemen (feine Blätter und dünne Stiele / alternativ 80 g Rucolasalat)

AUSSERDEM:

20 g Walnusskerne fein gehackt
20 g Butter
1 EL Semmelbrösel

1. Zwischenzeitlich die Spätzle zubereiten. Hierfür Butter in einer Pfanne schmelzen, Spätzle zufügen und 3 EL Wasser sowie 1 Prise Salz zufügen und 2 Min. garen. Chrysanthemen unterheben und weiter 1 Min. garen und abschmecken.
2. Zeitgleich Walnusskerne in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten, zur Seite ziehen und Butter zufügen. Butter aufschäumen lassen, Brösel hineinstreuen und die Schmelze über die Spätzle verteilen.

Chrysanthemensetzlinge (saisonal im Herbst)
nur exklusiv in Lahr erhältlich bei: www.blumen-bräutigam.de

Die Koch-Videos sind ab dem 03. November
online abrufbar unter: www.youtube.com/stadtlahr