

## Rinder-Gulasch

### Für 4 Portionen:

300 g Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	2 große, rote Paprikaschoten
400 g Rindergulasch	2 EL Rapsöl	2 EL Tomatenmark
1 EL Rotweinessig	100 ml Wasser	400 ml Fleischbrühe
2 Lorbeerblätter	2 Wacholderbeeren	1 TL Paprikapulver edelsüß
$\frac{1}{2}$ TL Kümmel gemahlen	1 Prise Cayennepfeffer	$\frac{1}{2}$ EL Speisestärke
Pfeffer		

### Außerdem:

500 g Bandnudeln

Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Paprikaschoten waschen, halbieren, entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Das Rindergulasch ggf. in mundgerechte Stücke schneiden.

1 EL Rapsöl in einem großen Topf oder Bräter erhitzen und die Zwiebeln sowie den Knoblauch darin bei mittlerer Hitze etwa 2 Minuten andünsten, herausnehmen. Die Herdplatte hochstellen und den weiteren EL Rapsöl erhitzen. Das Fleisch darin bei starker Hitze rundherum anbraten. Zwiebeln und Knoblauch wieder in den Topf geben und Tomatenmark hinzugeben, alles nochmals kurz anschwitzen. Mit Rotweinessig, Wasser und Fleischbrühe ablöschen.

Lorbeerblätter, Wacholderbeeren, Paprikapulver, Kümmel und Cayennepfeffer hinzufügen und mindestens 90 Minuten bei geringer bis mittlerer Hitze geschlossen garen.

Etwa 20 Minuten vor Ende der Garzeit die Paprika-Stücke hinzugeben und den Rest der Zeit offen köcheln lassen. Lorbeerblätter und Wacholderbeeren entfernen. Bandnudeln nach Packungsanweisung kochen.

Die Speisestärke mit einem EL Wasser glattrühren und am Ende der Garzeit unter Rühren in das Gulasch geben, nochmals aufkochen lassen.

Das Gulasch mit Pfeffer abschmecken. Mit den Bandnudeln anrichten und servieren.

### Tipp:

Mit einem Klecks Schmand kann das Rindergulasch verfeinern.

Katrin Bühler am 12. Februar 2025