

Frisch gekocht
Freitag, 20. Jänner 2017



Rezept von Alexander Fankhauser

Gulasch vom rosa gebratenen Kalbsrücken mit Spätzle

40 Minuten/ aufwendig



Zutaten für 4 Personen

600 g Kalbsrücken, Salz, Pfeffer, 4 Zwiebeln (gehackt), Öl und Butter zum Braten, 2 rote Paprika (klein geschnitten), 4 Knoblauchzehen (angedrückt), 2 EL Tomatenmark, 3 EL Paprikapulver, 1 Schuss Essig, 800 ml Rindsuppe, 4 EL Sauerrahm, 2 EL Stärke, 1 Bio-Zitrone (unbehandelte Schale), 250 g griffiges Mehl, 4 Eier, 2 EL Milch, Salz, Pfeffer, Muskatnuss, 1 EL Sauerrahm.

Zubereitung

Das Fleisch in gleich große Würfel (ca. 2x2 cm) schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Die gehackten Zwiebeln mit den Paprikawürfeln in einem geräumigen Topf in einem Öl-Butter-Gemisch glasig anschwitzen. Knoblauchzehen zugeben, kurz mitrösten und mit Tomatenmark verrühren. Den Topf beiseite ziehen, Paprikapulver einstreuen und mit Essig ablöschen. Mit der Rindsuppe aufgießen und einkochen lassen. Die Sauce mit einem Stabmixer pürieren. Sauerrahm und Stärke mit einem Schneebesen verrühren und die fertige Paprikasauce damit finalisieren.

Die Fleischstücke in einem geräumigen Topf in etwas Öl und Butter scharf anbraten, anschließend in der Paprikasauce zu einem rosa Fleischkern durchziehen lassen. Mit etwas Zitronenschale aromatisieren.

Für die Spätzle die Eier mit Mehl, Milch und Sauerrahm verrühren. Den Teig mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss gut abschmecken. Durch ein Spätzlesieb in Salzwasser einkochen, dann abseihen und vor dem Servieren in etwas Butter schwenken. Das Gulasch mit den Spätzle auf Tellern anrichten.