

WALLERGULASCH mit gegrilltem Naan-Brot

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 2 Pastinaken
- 2 Karotten
- 2 weiße Zwiebeln
- 6 Knoblauchzehen
- 2 rote Paprika
- 2 Rosmarinzweige
- 600 g weißfleischiges Wallerfilet (ohne Haut)
- Salz
- Pfeffer
- 2 EL Butter
- 2 EL geräuchertes Paprikapulver
- 2 MS gemahlener Kümmel
- 200 ml Weißwein
- 1 l Fischfond
- 100 ml saure Sahne
- 1 MS Chili

ZUBEREITUNG

-Pastinaken und Karotten in dickere Stifte, Zwiebeln in Spalten und Knoblauch in feine Scheiben schneiden. Paprikaschoten in daumengroße Stücke schneiden, Rosmarin zupfen und hacken.

-Filet ebenfalls in daumengroße Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und etwas ziehen lassen. Butter in einer schweren Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch hellbraun rösten, Karotten und Pastinaken kurz mitrösten. Pfanne an die Seite schieben und die Gemüsemischung mit geräuchertem Paprikapulver bestreuen, Kümmel dazugeben, mit Weißwein ablöschen, mit Fischfond auffüllen. Zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln lassen.

-Deckel öffnen, Paprikawürfel in die Pfanne geben, weiter 5-6 Minuten köcheln lassen. Wallerfleisch trocken tupfen, in den Ansatz geben, weitere 5 Minuten köcheln lassen. Saure Sahne glattrühren, unter das leicht wallende Gulasch rühren, mit Salz

und Pfeffer, Chili und Rosmarin abschmecken. In vorbereitete Einmach-Gläser abfüllen und im Ofen bei 120 °C 20 Minuten pasteurisieren.

TIPP:

Hält im Kühlschrank ca. 3 Wochen.

NAAN BROT

ZUTATEN

- 1 Teelöffel Trockenhefe
- ½ Teelöffel Zucker
- 100 ml Milch lauwarm
- 250 g Weizenmehl
- 100g Naturjoghurt
- ½ Teelöffel Salz
- ½ Teelöffel Backpulver

ZUBEREITUNG

-Hefe und Zucker in die lauwarme Milch rühren. Das Mehl in eine Schüssel geben, in der Mitte eine Mulde formen und die Hefemilch hineingießen. Mit etwas Mehl vom Rand vermischen und an einem warmen Ort 1 Stunde stehen lassen.

-Joghurt, Salz und Backpulver mit in die Schüssel geben und den Teig gut 5 Minuten mit den Knethaken kneten. Schüssel mit einem Küchentuch abdecken und den Teig ca. 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen. Den Teig in ca. 6 gleich große Stücke teilen und Kugeln formen. Jede Kugel entweder mit den Händen (ähnlich wie eine Pizza) zu einem kleinen Fladen ziehen, der am Rand etwas dicker ist oder klassisch auf etwas Mehl auswellen.

-Eine beschichtete Pfanne sehr heiß werden lassen und das erste Naan hineingeben. Nach kurzer Zeit wenden, sobald es blasen wirft, und von der anderen Seite backen. Vorsicht, die Brote werden schnell dunkel! Mit den restlichen Broten ebenso verfahren. Zum Servieren etwas flüssige Butter oder Ghee darüber geben.