FLEISCH

Herzhaft, würzig und voller mitteleuropäischer Geschichte

160 Minuten / Mittel / Herzhaft

Triest war über Jahrhunderte ein Schmelztiegel verschiedener Kulturen – italienisch, österreichisch, slawisch und ungarisch. Genau diese kulinarische Vielfalt spiegelt sich im Gulasch alla Triestina wider. Anders als das klassische ungarische Gulasch ist die Triestiner Variante meist etwas dichter und aromatischer, mit reichlich Zwiebeln, Paprika und langsam geschmortem Rindfleisch. Traditionell wird es mit Polenta, Kartoffeln oder frischem Brot serviert – ein herzhaftes Gericht, das Wärme und Gemütlichkeit auf den Tisch bringt.

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN):

700g Rindfleisch (Schulter oder Wade), in groben Würfeln geschnitten
500g Zwiebeln, fein gehackt
2 EL Olivenöl oder Schweineschmalz
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
1 EL edelsüßes Paprikapulver
1 TL geräuchertes Paprikapulver (optional)
1 EL Tomatenmark
200ml Rotwein
ca. 400ml Rinderbrühe
1 Lorbeerblatt
1 TL Kümmel
Salz & frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

ZUBEREITUNG

Olivenöl oder Schmalz in einem großen Topf erhitzen. Die gehackten Zwiebeln bei mittlerer Hitze langsam weich und goldbraun schmoren, das kann 15–20 Minuten dauern und ist wichtig für den Geschmack. Danach die Rindfleischwürfel hinzufügen und rundum kräftig anbraten. Knoblauch, Paprikapulver und Tomatenmark unterrühren und kurz mitrösten. Mit Rotwein ablöschen und kurz einkochen lassen. Die Brühe, Lorbeerblatt und Kümmel hinzufügen. Zugedeckt bei niedriger Hitze etwa **1,5–2 Stunden** sanft schmoren lassen, bis das Fleisch sehr zart ist. Mit Salz, Pfeffer und optional etwas Zitronenschale oder Majoran verfeinern.

UNSERE PRODUKTEMPFEHLUNGEN

Valli Trapanesi DOP Olivenöl extra vergine 250ml IT-BIO-018 von Barbara, Merlot Trevenezie IGT 0,75 Ltr. Schraubverschluss von Donini

BUON APPETITO!

Weitere Rezepte auf waurig.com/rezepte