

# Gulasch mit Semmelknödel und Möhre

## Zutaten:

### Gulasch

- 1 kg Rindergulasch
- Öl zum Anbraten
- 5 Knoblauchzehen
- 4 Zwiebeln
- 0,5 Bund Lauchzwiebeln
- 250 ml Rotwein
- 250 g passierte Tomaten
- 2 EL Creme Fraiche
- 0,5 Bund Petersilie
- 2 TL Estragon
- Pfeffer, Salz
- 10 g Ingwer



### Semmelknödel

- 6 Brötchen vom Vortag
- 2 Zwiebeln
- 200 ml Sahne
- 1,5 EL Butter
- 3 Eier
- Salz Pfeffer
- 2 Priesen Muskatnuss

### Möhre

- 4 Möhren
- 20 g Ingwer
- 50 g Zucker
- Saft einer Orange
- Orangenschale
- 2 EL Wasser
- Salz

## Zubereitung:

### Fleisch

Die Zwiebeln schälen, in zwei Hälften schneiden und diese in halbe Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Petersilie fein hacken. Die Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden. Den Ingwer schälen und fein reiben.

Das Öl in einem großen Topf erhitzen und das Fleisch von allen Seiten scharf anbraten. Dann die Hitze reduzieren und mit Pfeffer und Salz würzen. Den Knoblauch und die Zwiebel zugeben. Auch den weißen Teil der Lauchzwiebeln zugeben. Wenn die Zwiebeln etwas angeröstet sind, den Topf von der Platte nehmen und mit Rotwein ablöschen. Dann wieder bei kleiner Hitze auf die Platte stellen. Die Tomaten und den Ingwer zugeben und etwas salzen. Bei kleiner Hitze etwa 1,5 Stunden kochen, ab und zu umrühren. Eventuell etwas Wasser zugeben um genügend Soße zu haben. Creme Fraiche zugeben und mit Pfeffer, Salz und Rotwein abschmecken. 2 Minuten vor dem Anrichten den grünen Teil der Lauchzwiebeln zugeben. Diese bleiben dann schön knackig. Ich habe die Fotos von der Zubereitung des Gulasch weg gelassen. Interessierte schauen beim Rezept der Gulaschsuppe nach...

### Semmelknödel

Die Brötchen vom Vortag halbieren und dann in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen und fein hacken. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Die Hitze reduzieren und mit der Sahne ablöschen. Kurz aufkochen lassen. Zur Weiterverarbeitung muss die Zwiebelsahnemischung auf Raumtemperatur abgekühlt sein. Dann Eier, Petersilie, Salz, Pfeffer und die Muskatnuss zugeben und alles gut verrühren. Die Masse über die Brötchen gießen und etwas umrühren. 10 Minuten ruhen lassen. Dann die Masse gut durchkneten. Ich mache das mit einem Holzlöffel, es geht aber auch mit den Händen. Dann etwa Tennisball große Knödel formen. Diese dann in kochendem Salzwasser 20 Minuten garen.

### Möhren

Vier gleich große Möhren schälen. Den Ingwer fein reiben. Von der Orange etwas von der Schale abreiben. Dann den Saft aus der Orange auspressen. Den Zucker in einem Topf geben und 2 EL Wasser dazugeben. Dann bei mittlerer Hitze den Zucker karamellisieren. Das Karamellisieren braucht ihre ganze Aufmerksamkeit. Sie dürfen nicht rühren. Das Wasser verkocht und der Zucker schäumt auf. Sobald der Zucker sich bräunt nehmen Sie den Topf von der Platte und schwenken ihn, damit die Bräunung gleichmäßig gelingt. Dann geben Sie den Orangesaft zu und schwenken den Topf weiter. Nun geben Sie Ingwer und Orangenschale zu, stellen den Topf auf kleine Hitze und legen die Möhren in die Soße. Die Möhren leicht salzen. Dann ca. 20 Minuten mit geschlossenem Deckel dünsten. Die Möhren sollten zum Anrichten noch bissfest sein.

### Anrichten

Je einen Knödel und eine Möhre auf den Teller geben. Die Möhre mit einem Esslöffel der Ingwersoße übergießen. Eine Suppenkelle vom Gulasch zufügen.

Guten Appetit