



## *Ungarisches Gulasch (Pörkölt)*

### *Zutaten* (für 6 Personen)

1000 g Gulasch vom Schwein  
4 Zwiebeln  
4 Knoblauchzehen  
200 g Tomatenmark  
1 l Brühe  
2 TL Paprikapulver, edelsüß  
Paprikapulver, rosenscharf  
Pfeffer  
Majoran  
Kümmel, (gemahlen)  
Salz  
Saft und Schale von einer ½ Zitrone  
Öl (Sonnenblumenöl)  
etwas Chillipulver



### Zubereitung

Die Zwiebeln und den Knoblauch klein hacken und in eine Schüssel geben. Den Gulasch in mundgerechte Stücke schneiden (besser zu klein als zu groß) und mit in die Schüssel geben. Den Gulasch salzen. Jetzt mit den Zwiebeln und Knoblauch vermischen, mit ein paar Tropfen Zitronensaft beträufeln, Deckel drauf und ca. 60 Minuten ziehen lassen.

#### *Nach 60 Minuten:*

Einen guten Schuss Sonnenblumenöl (wichtig: kein Olivenöl oder ähnliches verwenden, wegen dem starken Eigengeschmack) in eine tiefe Pfanne geben und den Gulasch ca. 10 Minuten bei höchster Hitze anbraten. Danach bei geringerer Hitze ca. 15 Minuten weiterbraten.

Jetzt 1 l Brühe in die Pfanne geben, eine Prise Kümmel zugeben, alles gut verrühren und bei gleichbleibender Hitze unter gelegentlichem Umrühren ca. 40 Minuten ohne Deckel köcheln lassen (bis das Wasser vollkommen verkocht ist). Nun 1 l Wasser in einem Messbecher mit ca. 200 g Tomatenmark, 2 Teelöffel Paprika edelsüß, einer Prise Paprika rosenscharf, Majoran, Pfeffer und noch etwas Kümmel wärzen und in die Pfanne geben.

Das Ganze bei niedrigerer Hitze jetzt nochmal ca. 45 Minuten mit Deckel bei gelegentlichem umrühren köcheln lassen. Mit dem Zitronenabrieb, Salz und Chili abschmecken.

*Dazu passen Spätzle oder Knöpfle.*



**HOF LIEFERANT**  
FLEISCH & WURST VON BIO-BAUERN.



## Bei uns isst alles Bio.

Alle Rezepte kommen von  
unserer Hoflieferant-Köchin –  
mit Liebe und Sorgfalt erprobt  
und zusammengestellt.