



Szegediner Krautgulasch mit Kartoffelklößchen

Zutaten (für vier Personen)

600 g Rindergulasch
1 TL gemahlener Ingwer
1 TL Kreuzkümmel
1 TL Zitronengranulat
150 g Zwiebelwürfel
2 Knoblauchzehen
2 EL Öl
1 ½ EL Tomatenmark
1 ½ EL Paprikapulver
200 ml roter Traubensaft
500 ml Fleischbrühe
6 Wacholderbeeren
6 Pfefferkörner
400 g Spitzkohl
1 TL brauner Zucker
3 EL Essig
1 TL Kümmel
Salz, Pfeffer

Beilage:

200 g Kartoffelklößchen (Fertigprodukt Pulver)
2 EL Schnittlauchröllchen

Zubereitung (circa 50 Minuten)

Fleisch in daumengroße Stücke schneiden, mit gemahlenem Ingwer, Kreuzkümmel, Zitronengranulat und etwas Öl vermischen, kurz marinieren lassen.

Spitzkohl halbieren, Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden. Mit braunem Zucker, Essig, Kümmel und Salz gut vermischen, mit einem Stößel noch etwas drücken, wenig Öl zugeben.

Fleisch mit den Ingredienzien und den Zwiebelwürfeln in einer heißen Pfanne anbraten. Knoblauch zugeben, mit angehen lassen, dann Tomatenmark zugeben und mit anrösten. Paprikapulver zufügen, mit rotem Traubensaft ablöschen und mit Fleischbrühe auffüllen. Zerdrückte Pfefferkörner und Wacholderbeeren mit unterziehen und auf den Punkt garen. Zum Schluss den Krautsalat mit unterziehen. In einem tiefen Teller anrichten, in die Mitte die Kartoffelknödel setzen, mit Schnittlauchröllchen bestreuen.

Nährwerte pro Person

404 kcal - 15 g Fett - 35 g Eiweiß - 36 g Kohlenhydrate - 3 BE
Dieses Gericht ist glutenfrei.