

# Saftgulasch vom Rind

Ausreichend für 8 bis 10 Personen

## Zutaten:

- 2 kg Rindfleisch (Rinderhesse)
- 1 kg Zwiebeln
- 2 Paprika
- 1 Kartoffel
- 1 Chilischote
- 3 Knoblauchzehen
- 250 g Tomatenmark
- 5 Esslöffel Sonnenblumenkernöl
- Paprikapulver (scharf und edelsüß)
- Salz
- schwarzer Pfeffer

## Zubereitung:

Das Rindfleisch in etwa 4 bis 5 cm große Würfel schneiden. In einer sehr heißen Pfanne mit darin erhitztem Sonnenblumenöl scharf anbraten. Je nach Pfannengröße nur einen Teil des Bratgutes in die Pfanne geben, damit die Hitze ausreichend hoch bleibt, um ein Köcheln des Fleisches zu vermeiden. Wenn die Fleischstücke von allen Seiten etwas Farbe angenommen haben, einen Teil des Tomatenmarks und den gewürfelten Zwiebel hinzugeben. Alle Zutaten kurz anschwitzen lassen und in einen großen Topf geben. Den Vorgang wiederholen, bis die gesamte Menge an Fleisch, Zwiebeln und Tomatenmark aufgebraucht ist. Den entstandenen Ansatz in der Pfanne mit Wasser ablöschen und das Gemisch ebenfalls in den Topf schütten. Die Paprika in kleine Stücke (Steifen etwa 3 bis 4 cm lang und 1 cm breit) schneiden und hinzugeben. Ebenfalls die Knoblauchzehen, die Chilischote und die Kartoffel fein würfeln und in den Topf geben. Den Topf mit Wasser (oder Rinderfond) auffüllen, bis alle Zutaten bedeckt sind. Den Inhalt mindestens 5 Stunden kochen. In regelmäßigen Abständen abschmecken und mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer nachwürzen.

## Hinweis:

Da es sich bei der Rinderhesse (Unterschenkel des Rindes) um ein stark mit Bindegewebe durchzogenes Stück des Tieres handelt, ist ein langes Kochen von mindestens 5 Stunden unerlässlich. In dieser Zeit zerkochen die Zwiebeln und die Kartoffel und geben der Soße eine sämige Bindung. Im original Wiener Saftgulasch wird daher der Zwiebelanteil meist in gleicher Größe zum Fleischanteil gewählt.

Das Gulasch sollte leicht scharf abgeschmeckt werden. Als Beilage eignen sich hervorragend Semmelknödel.