



★ ★ ★ ★ ★  
**DIE BESTEN  
 LEBENSMITTEL  
 DER REGION**

präsentiert von

Anzeige

**DRANSMANN**  
**KÜCHENWELT**  
 www.dransmann.com



## Welcher Klassiker braucht Paprika?

Es schmeckt mit den Beinamen „Szegediner“, „Fiaker“ und „Debrecziner“, mundet aber auch in der gediegeneren Variante als „Boeuf Bourguignon“. Das unscheinbare Gulasch, das auch in unserer Region zu den absoluten Klassikern gehört, bietet unendliche Variationsmöglichkeiten.

Der Name des ungarischen Nationalgerichts leitet sich vom Wort gulyás (Vieh- oder Rinderhirt) ab und schon bei der Wahl des Fleisches kann man den traditionellen Pfad verlassen. Statt Rind- oder Schwein landet auch Kalb-, Pferde-, Lamm- oder Hammelfleisch im deftigen Eintopf. Die Gewürze, etwa das unverzichtbare Paprikapulver, können ebenfalls vielfach variiert und unterschiedlich stark dosiert werden. Am besten nach Geschmack und Verträglichkeit, meinte schon ein „Appetit-Lexikon“ aus dem Jahr 1894. „Ein echter Ungarmagen verträgt einen Theelöffel voll Paprika wie Confect“, hieß es da. Den deutschen Magen jedoch „brennt's bei gleicher Dosis wie mit Höllengluthen, die weder Bacchus noch Gambrinus (Wein und Bier) zu löschen

vermögen.“ Wer unser Rezept durch „Höllengluthen“ anfeuern möchte, ersetzt den TL Paprikapulver durch (mindestens) eine Messerspitze Cayenne-Pfeffer. | *Redaktion*

### WISSEN KOMPAKT



#### NOBELPREIS FÜR UNGARISCHEN PAPRIKAFORSCHER

Paprikafrüchte enthalten viel Vitamin C, das der ungarische Chemiker Albert Szent-Györgyi erstmals isolieren konnte. Für seine Forschungen bekam er 1937 den Nobelpreis für Medizin.



vermögen.“ Wer unser Rezept durch „Höllengluthen“ anfeuern möchte, ersetzt den TL Paprikapulver durch (mindestens) eine Messerspitze Cayenne-Pfeffer. | *Redaktion*

## Einkaufsliste

- 500 Gramm Schweinegulasch
- 500 Gramm Rindergulasch
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Fleischtomaten
- 1 kleine grüne Paprika
- 1 EL Tomatenmark
- 200 ml Rotwein
- 750 ml Wasser
- 2 Brühwürfel
- Salz, Pfeffer, 1 TL Paprikapulver edelsüß

## Zubereitung Schweine- und Rindergulasch (5-6 Personen)

Fleisch portionsweise scharf anbraten, anschließend im Topf mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Zwiebeln und Knoblauch dazugeben, kurz mitschmoren lassen, dann Tomatenmark durchrühren. Mit Rotwein ablöschen, Tomaten und Paprika klein geschnitten in den Topf geben, anschließend Wasser und Brühwürfel dazu geben. Zugedeckt mindestens 90 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen. Sauce andicken und servieren.

Dazu schmecken Kartoffeln, Nudeln, Reis und zahlreiche Gemüsesorten.

**Wir wünschen Guten Appetit!**

