

Wacholdergulasch vom Schwein mit Kartoffeln und Chili

Zutaten für 4 Personen

800 g Schweinenacken
150 g Staudensellerie
250 g Kartoffeln
160 g rote Zwiebeln
80 g Egerlinge
2 ½ EL Tomatenmark
250 ml brauner Kalbsfond
2 Knoblauchzehen
8 Wacholderbeeren
2 Lorbeerblätter
1 Chilischote
300 ml Gemüsebrühe
2 ½ EL Olivenöl
Kerbel
Kräutersalz, Pfeffer



TIPP

Halbieren Sie die Zwiebel vor dem Schneiden und halten Sie die Schnittflächen unter kaltes Wasser. Dadurch wird das Brennen in den Augen deutlich verringert.

Egerlinge mit Küchenkrepp gut abreiben, Spalten schneiden. Vom Staudensellerie die Fäden abziehen, Kartoffeln schälen, säubern – beides in Würfel schneiden. Zwiebel schälen, Blättchen schneiden. Die Chilischote in Röllchen schneiden, Knoblauch schälen, feinblättrig schneiden. Das Fleisch würfeln, den Wacholder im Mörser fein stoßen.

Zwiebeln in heißem Olivenöl mit dem Fleisch anbraten, Tomatenmark zugeben, kurz Farbe geben lassen, mit Kalbsfond angießen. Nun den Knoblauch zufügen, mit Brühe auffüllen, Lorbeer und etwas gestoßenen Wacholder dazu geben, ca. 20 – 25 Minuten köcheln lassen.

Staudensellerie, Kartoffeln und Egerlinge in heißem Olivenöl anbraten zum Gulasch geben, weitere 10 Minuten garen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen, Chilischote zugeben, in tiefem Teller anrichten, etwas Wacholder darüber streuen und mit Kerbel garnieren.

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten

Nährwert pro Person

500 Kcal - 28 g Fett - 49 g Eiweiß – 13 g Kohlenhydrate - 1 Broteinheit

Produktinformation:

Die edle Stilkasserolle der Serie SHA RA KU MONO wurde für das Zubereiten und Servieren entworfen. Das gusseiserne Material speichert die Wärme, ist für Glaskoch- und Induktionsfelder geeignet und kann in den Backofen geschoben werden.



Art.Nr.: 31000