

Gulasch mit Pilzen

auf gebratenen Spätzle

- 25 min Zubereitungszeit
- 140 min Kochzeit
- 971 kcal pro Portion
- Leicht
- Deutsche Küche
- International

Zutaten

2 Portionen

600 g	Jungbullen-Brust ohne Knochen
2	Zwiebeln, rot
1	Knoblauchzehe
500 g	Champignons
1	Bund Thymian
	Butterschmalz zum Braten
1 El	Tomatenmark
200 ml	Rotwein, trocken
500 ml	Rinderfond
400 g	Eierspätzle
	Salz, Pfeffer zum Würzen

Zubereitung

1. Jungbullen-Brust gründlich abwaschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und in Würfel schneiden. Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Thymianblätter abzupfen und fein hacken.

2. In einem Bräter oder Topf etwas Butterschmalz erhitzen. Champignons darin braun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend herausholen.

3. Erneut etwas Butterschmalz im Bräter erhitzen. Das Fleisch nun am besten in 2 – 3 Portionen anbraten. Es sollte noch Platz im Bräter sein, damit das Fleisch nicht im ausgetretenen Sud kocht. Fleisch entsprechend scharf anbraten, bis es Farbe nimmt. Anschließend herausnehmen.

4. Noch einmal etwas Butterschmalz im Bräter erhitzen. Zwiebel- und Knoblauchwürfel anschwitzen. Fleisch hinzugeben. 4 – 5 Min. alles zusammen braten. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Tomatenmark und Thymian hinzugeben. Mit Rotwein ablöschen. Rinderfond hinzugeben und aufkochen lassen. Nun auf kleiner Flamme abgedeckt ca. 90 Min. leicht köcheln. Hin und wieder umrühren.

5 Nach 90 Min. Kochzeit den Deckel vom Bräter entfernen. Champignons hinzugeben. Ohne Deckel weitere 30 einkochen. Dabei immer wieder umrühren. Zum Sc erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6 In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen. Eierspätzle in der Pfanne braten, bis sie goldbraun sind.

7 Eierspätzle zusammen mit dem Gulasch auf Tellern anrichten.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	464kJ /110kcal	4.080kJ /971kcal
Fett	3g	27g
davon gesättigte Fettsäuren	1g	12g
Kohlenhydrate	8g	70g
davon Zucker	1g	9g
Eiweiß	10g	89g
Salz	0g	3g