

# Gulyás – traditionelle Gulaschsuppe

Gulyás – als ungarische Gulaschsuppe ist ein uraltes Gericht, welches von den Hirten traditionell im Kessel über dem offenen Feuer zubereitet wurde. Ungarisches Gulyás ist nicht mit unserem hiesigen Gulasch vergleichbar, denn es ist viel flüssiger und ist eine Suppe. Es gibt unzählige „Originalrezepte“ für das Gulyás. Hauptzutaten sind jedoch stets Zwiebeln, Gewürzpaprika und Rindfleisch, wobei man mit den Zwiebeln nicht sparsam umgehen sollte.

Die Hirten haben damals sicher auch nicht das teuerste Fleisch genommen. Daher wird auch heute eher günstiges Fleisch, wie Beinscheibe oder schlichtes Suppenfleisch für das Gulasch genommen. Da dieses Fleisch eher zäh ist, wird es sehr lange bei niedriger Hitze geschmort.

## Zutaten für 6 Portionen:

- 600 g Rindfleisch (Unterschenkel oder Beinscheiben)
- 300 g Zwiebeln
- 2 EL Schweinefett/Schmalz
- 1 EL Paprika edelsüß
- 0,5 EL scharfes Paprikapulver
- 1 EL Salz
- 1 TL frisch gemahlener Pfeffer
- 1 TL gemahlener Kümmel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Tomate
- 1 grüne Paprika
- 2 Lorbeerblätter
- 400 g Kartoffeln
- 2 große Möhren
- 1 große Petersilienwurzel
- 1 kleines Stück Sellerie
- Bund Petersilie



## Zubereitung:

Die Zwiebeln schälen und nur grob schneiden, denn Sie lösen sich am Ende fast vollständig auf. Das Fleisch abwaschen, trockentupfen und evtl. von den Knochen lösen. Danach in etwa 2 cm große Würfel schneiden.

Das Fett in einem großen Topf/Schmortopf schmelzen lassen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Das Rindfleisch auf die Zwiebeln verteilen und das ganze mit Deckel ziehen lassen, bis das Fleisch weiß wird und Saft auslässt.

In der Zwischenzeit die Tomate in Würfel und die Paprikaschote nach Belieben in Stücke schneiden.

Nun die beiden Paprikapulver und das Salz miteinander mischen und über das Fleisch stäuben, um es dann vorsichtig umzurühren, damit das Paprikagemisch alle Stellen erreicht.

Nun die Gewürze Pfeffer, Kümmel, zerdrückte Knoblauchzehen dazugeben. Anschließend die Tomatenwürfel, geschnittene Paprikaschote und Lorbeerblätter beimengen, umrühren und mit reichlich Wasser aufgießen. Den Topf mit einem Deckel schließen und die Suppe etwa 90 Minuten bei niedriger Temperatur köcheln lassen. Zwischendurch prüfen, ob noch ausreichend Wasser vorhanden ist, und bei Bedarf Wasser nachgießen.

In dieser Zeit die weiteren Gemüsezutaten wie Möhre, Petersilienwurzel, Sellerie und Kartoffeln vorbereiten, schälen und würfeln. Nach den 90 Minuten diese Gemüsewürfel in den Topf geben, die Suppe mit 2 bis 2,5 L Wasser aufgießen und weitere 50 Minuten köcheln lassen. Nach einer halben Stunde die Petersilie und das Selleriegrün dazugeben.

Guten Appetit oder Jó étvágyat!