Rezept

Kartoffel-Gemüse-Gulasch

auch ein Gulasch ohne Fleisch schmeckt super !

1 h | 4 Pers

Zutaten

2	Zwiebeln
1 - 2 El	Olivenöl oder Butter
ca. 800 g	Kartoffeln, mehlig kochend
2 - 3	Karotten
ca. 250 g	Erbsen extra fein, gefroren
1 grosse Dose	Pelatti, ganz
2 dl	Rotwein
ca. 1 1/2 dl	Halbrahm
1 1/2 EL	Paprika scharf
1 EL	Paprika edelsüss
ca. 1 TL	Pfeffer schwarz, gemahlen
1 TL	Thymian
1/2 Bund	Petersilie
ca. 1 EL	Gemüsebouillon Konzentrat (Menge variert je nach verwendetem Produkt)
3 EL	Tomatenpüree
2	Knoblauchzehen

Vorbereitung

- Zwiebeln grob scheiden
- Kartoffeln schälen und in ca. 1 cm grosse Würfel schneiden
- Karotten schälen und in 2 - 3 mm dicke Scheiben schneiden
- Pertersilie mit einer Schere fein schneiden
- Knoblauchzehen schälen
- Die Dose Pelatti öffnen und wenn nötig noch vorhandene Ansätze und Hautstücke entfernen.

Zubereitung

1. Olivenöl oder Butter in einen grossen Topf oder einen Wok geben und erhitzen.
2. Die geschnittenen Zwiebeln, Kartoffel und Karotten beigeben, dann unter rühren alles gut

andünsten, bis die Zwiebeln glasig sind.
3. Mit dem Rotwein ablöschen und gleich noch die Pelatti mit dem Saft dazugeben.
4. Nun mit Paprika, Pfeffer, Thymian und Tomatenpüree alles würzen und die Knoblauchzehen noch dazu pressen, gut mischen.
5. Kurz aufkochen lassen und dann die Hitze reduzieren. So lange köcheln lassen bis die Kartoffeln beinahe die gewünschte Konsistenz haben, ca. 30 -40 Min.
6. Jetzt noch für 5 - 10 Min. die Erbsen mitköcheln lassen, mit der Gemüsebouillon abschmecken.
7. Als letztes die geschnittene Petersilie und den Halbrahm darunter ziehen und nochmals abschmecken.

Variationen

Falls sie es schärfer mögen nur Paprika scharf verwenden oder noch Cayennepfeffer beigeben.

Sehr gut passt auch der geräuchte Chili Chipotle.

Eine milde aber ebenso feine Variation erhalten Sie wenn Sie einfach nur Paprika edelsüss verwenden.

Eine andere Geschmacksnote erreichen Sie auch durch die Verwendung von Peperoni und Zuchetti. (Karotten und Erbsen weglassen) .

Tipps

Sehr gut dazu passen frisches, knuspriges Brot und Oliven.

Aber auch ein grüner Salat.

En Guete!
Mit Gruss aus der Küche vom Scharfen Sultan.