

## ● Gulasch mit Weißkohl und BÄRLAUCH CROUTONS

---

500g Rinderschulter o. magere Brust  
300g Zwiebeln  
1 Knoblauchzehe  
1 mehlig kochende Kartoffel  
2 Zweige Thymian  
500g Sauerkraut  
4 EL Olivenöl  
3/8 l Rinderfond  
2 TL Tomatenmark  
1 TL Paprikapulver  
1 TL Kümmelsamen  
Meersalz, Pfeffer aus der Mühle  
1/4 Weißkohl  
1/2 Bund glatte Petersilie  
100g Creme fraiche  
1/2 Baguette vom Vortag o 4 Brötch.  
6 EL BÄRLAUCHÖL



Das Fleisch kalt abbrausen, von größeren Fettstücken befreien, und in 2 cm große Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen, waschen und grob raspeln. Thymian abbrausen, trockenschütteln und die Blättchen von den Stielen streifen. Sauerkraut zerpfücken.

Die Hälfte des Olivenöls in einem Schmortopf erhitzen, Fleisch darin in 2 Portionen rundherum gutanbraten. Wieder herausnehmen. Zwiebeln, Knoblauch, Kartoffelraspeln und Thymian im Bratfett andünsten, Sauerkraut untermischen, mit dem Fond auffüllen, mit Tomatenmark, Paprika, Kümmel, Salz und Pfeffer würzen.

Fleisch wieder untermischen & alles zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 90 Minuten schmoren, bis das Fleisch weich ist. Dabei ab und zu umrühren und bei Bedarf noch etwas Fond oder Wasser angießen.

Nach 1 Stunde Garzeit gewaschenen Weißkohl unter den Eintopf heben. Gewaschene Petersilie hacken und bereitstellen.

Nun das BÄRLAUCHÖL in einer gußeisernen Pfanne erhitzen und das gewürfelte Baguette darin schwenken, immer wieder wenden, damit alle Croutons gleichmäßig goldbraune Farbe annehmen, dann mit der Salzmühle würzen. Den Schmortopf in tiefen Spaghettitellern servieren, die noch heißen BÄRLAUCHCROUTONS gleichmäßig auf den Tellern verteilen, mit Petersilie bestreuen und je 1 EL Creme fraiche hinzugeben.

Dieses Gericht ist zünftig, einfach, aber beeindruckt auch anspruchsvolle Gäste und wärmt in kalten Herbst- und Wintertagen nach einem schönen Spaziergang.