

## **Wiener Gulasch, Kärntner Gulasch, ungarisches Pörkölt, ein afrikanisches Beef Curry und ein böhmisches Erdäpfelgulasch.**

Meine Rezeptsammlung stammt jeweils von der Köchin, oder aus dem Gedächtnis.

**Das Geheimnis des Wiener Gulasch liegt im Verhältnis Fleisch/Zwiebeln, dem Zeitpunkt der Gewürzzugabe, den verwendeten Gewürzen, der Art der Zwiebelvorbereitung, und dem verwendeten Bratfett.**

# **Wiener Gulasch der Gulasch Königin Herta I vom Yppenmarkt in Wien Ottakring.**

Herta und ihr Mann hatten einen schönen Schlachterladen auf dem Yppenmarkt. Seit Frühjahr 2008 sind sie in Pension. Herta I hat es mir aber später, nachdem wir wieder Kontakt aufgenommen haben verraten und gekocht. Es wurde mir von Ihr bei Ihrer Tochter (die hat einen Gemüse-GH dort) übergeben. Hier nun das Rezept:

## **Zutraten:**

**1 ½ kg Zwiebeln**  
**1 kg Gulaschfleisch aus der Wade**  
**1 EL Kümmel, gemahlen**  
**1 Cafélöffel Majoran**  
**1 Zehe Knoblauch**  
**5 – 6 ganze Chilli (scharfe)**  
**Salz und Pfeffer**  
**½ Schöpflöffel Tafelessig**  
**Paprika, wenn möglich edelsüßen und Delikatess-Paprika mischen**  
**Öl oder Schmalz zum Zwiebeln rösten**

## **Zubereitung:**

Öl oder Schmalz erhitzen, Zwiebel kleingeschnitten dazugeben und rösten. Wenn Zwiebeln fertig gemahlene Kümmel dazugeben und ein wenig mitrösten. Fleisch gewürfelt dazugeben und leicht rösten, umrühren und dann Paprika dazu, **s o f o r t** mit heißem Wasser ablöschen und Salz, Pfeffer, Essig, Majoran und Knoblauchzehe zerdrückt dazugeben. 2 Stunden leicht köcheln lassen.  
(Ich (Herta I) gebe die Chilli ganz in ein separates Reindl (Topf) und koche die ¼ Stunde aus, dann das Wasser zum Gulasch geben.  
Anmerkung: Wir servieren dazu Semmelknödel

## **Gulasch, wie es in Kärnten serviert wird.**

### **Zutaten:**

**Olivenöl oder anderes**  
**1 kg Zwiebel oder etwas weniger**  
**3 Zehen Knoblauch**  
**1 kg Rindfleisch**  
**(wichtig: aus dem Bug o.ä.,**  
**wichtig: große Stücke ca. 7x3x3 cm)**  
**1 EL Tomatenmark**  
**3-4 EL Paprika edelsüß**  
**1 TL Kümmel**  
**1 TL Majoran**  
**1-2 Lorberblätter**  
**Salz und Pfeffer**  
**1 Tasse Rotwein**  
**1 EL Essig**

### **Zubereitung**

Wasser oder Brühe In Pfanne oder Topf mit Olivenöl die Zwiebel- und Knoblauchwürfel anrösten. Wenn sie leicht braun sind die Fleischwürfel reinlegen und mit den Zwiebeln so lange weiterschmoren, bis sie die rote Farbe verloren haben. Tomatenmark und Gewürze einrühren und kurz mitschmoren, mit Rotwein und Essig ablöschen. Bei Bedarf Wasser oder Brühe auffüllen, so dass die Fleischwürfel nicht ganz bedeckt sind. Deckel drauf und bei kleiner Flamme schmoren lassen, ca. 1 – 1,75 Std. je nach Fleischsorte. Immer mal umrühren und prüfen, ob der Zwiebelbrei nicht zu dick wird. 1 x anbrennen darf er, das gibt angeblich den richtig österreichischen Geschmack! Die Sauce soll zum Schluss ziemlich dick sein! Wenn sie zu dünn erscheint, den Deckel eine Weile abnehmen, damit Flüssigkeit verdampfen kann. Wenn das Fleisch weich ist (1 Stück durchschneiden und essen) mit o.g. Gewürzen nachwürzen.

Wird im Hotel zur Post und auch anderswo in Kärnten morgens um 11.00Uhr gegessen sozusagen als 2. Frühstück, auf einer kleinen ovalen Platte serviert und mit einem Stück Brot oder Semmel gegessen.

# Marhapörkelt Nockedlivel Gulasch mit Paprikasauce und Spätzle des Wiener Bürgermeister Michael Häupl

Hier das Rezept aus meinem Gedächtnis

## Zutaten:

1kg Rindsgulasch  
(Wadschinken, soll es schon sein)  
2 dicke Zwiebeln  
3 grüne Paprikaschoten  
2 mittelgroße Tomaten  
5-6 EL Sonnenblumenöl  
Paprikapulver, edelsüß  
150 ml Zweigelt (österr. Rotwein)  
Salz und Pfeffer

## Zubereitung:

Zwiebel schälen und klein hacken. Die Tomaten aufschneiden, Kerne entfernen und grob würfeln. Zwiebeln in kleinem Topf in Öl scharf anbraten. Topf wegstellen

Öl in einen großen Topf gießen und das vorbereitete Fleisch gut von allen Seiten anbraten. Die Zwiebeln dazugeben und vom Feuer nehmen. Paprikapulver dazuschütten.

und in dem noch heißen Öl mit dem Fleisch gut mit den Zwiebeln vermischen. Paprikaschoten und Brühe vorsichtig dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Topf im Backofen bei 150 Grad ca. drei Stunden schmoren lassen. Saft kontrollieren.

Nach den drei Stunden mit Rotwein ablöschen und das Gulasch noch etwa eine Stunde schmoren. Spätzle dazu servieren.

# **Afrikanisches Beef Curry**

## **Eine stimmige Variante aus Kamerun**

### **Zutaten + Zubereitung:**

**1 kg Rindfleisch** in Würfeln geschnitten  
mit **Öl** in separatem Topf scharf anbraten.

**500 g Zwiebeln**

**4 Knoblauchzehen** würfeln

in **Butter** in einem separatem Topf dünsten.

**Salz, Paprika,**

**Pfeffer schwarz und rot**

**Curry scharf** und reichlich,

**Koriander, Zimt, Zitrone** oder Essig zum Fleisch geben.

**1/2l bis 1 Liter Brühe** aufgießen

**Tomatenmark** und

**1 pürierte Banane** dazugeben.

Fleisch und Zwiebeln vermischen und gar schmoren lassen.

Reis als Beilage zubereiten und servieren.

Als Ergänzung können folgende Zutaten gewaschen und klein geschnitten in Schälchen zum Reis serviert werden:

**Ananas, Paprika, Tomaten, Zwiebeln, Bananen**

(mittlerer Schärfe),

**Erdnüsse, Rosinen.**

# Original böhmische Erdäpfelgulasch

## Zutaten:

**1 kg rohe heurige Erdäpfel (Kartoffeln)**  
**(geschält und geviertelt)**  
**400 g Zwiebeln**  
**(fein gehackt)**  
**150 g durchzogener Speck**  
**(kleinwürfelig geschnitten)**  
**80 g Schmalz**  
**200 g geräucherte Knoblauchwurst**  
**oder Debreziner (in dünne Scheiben geschnitten)**  
**40 g Rosenpaprika**  
**1 EL Tomatenmark**  
**1 Liter Brühe**  
**1 EL Mehl**  
**Salz**  
**GULASCHGEWÜRZ:**  
**1 TL Kümmel**  
**2 TL Majoran**  
**3 Knoblauchzehen**  
**250 ml Sauerrahm**

## Zubereitung:

In einem Topf Schmalz erhitzen. Speck und Zwiebeln anrösten. Tomatenmark und Gulaschgewürz dazugeben. Kurz anrösten, mit Brühe aufgießen, salzen, aufkochen und die Erdäpfel darin 20 Minuten weich kochen. Die Wurst dazugeben und weiterkochen, bis die Erdäpfel weich sind. Paprika in einer separaten Pfanne mit Schmalz anschmoren, am Schluss erst dazugeben. Vor dem Servieren mit Sauerrahm und etwas Mehl verfeinern.

## **Für die Unersättlichen:**

**Bei Wikipedia gibt es einen ausführlichen Gulaschteil unter der Adresse:**

**<http://de.wikipedia.org/wiki/Gulasch>**

**Beim Stern gibt es Rezepte, wer noch nicht genug hat:**

**<http://www.stern.de/lifestyle/kueche/fleisch/:Wiener-Rindsgulasch-Lasst-Beinflfleisch-/644446.html>**

**Bei Google er scheint ganz oben auf der Liste:**

**<http://www.ungarn-balaton.net/deutsch/kochecke/gulasch/rezept.htm>**

**Viel Spaß beim Kochen.**

**Joi [ung. Ausdruck der Freude]**