

Szegediner-Gulasch mit Sauer-Rahm

Für 2 Personen

1/2 TL Kümmel	2 Knoblauchzehen	Pfeffer
1 Msp. abgeriebene Zitronenschale	350 g Schweine-Fleisch	2 Zwiebeln
2 Tomaten	2 EL Schweineschmalz	1 TL Piment d'Espelette
100 ml trockener Weißwein	1 Zweig Thymian	1 Lorbeerblatt
400 ml Geflügelfond	350 g Sauerkraut	Salz
200 g Sauerrahm		

Kümmel fein hacken, Knoblauch schälen und fein zerdrücken. Kümmel, Knoblauch, etwas frisch gemahlener Pfeffer und Zitronenschale mischen. Das Fleisch in ca. 3 cm große Würfel schneiden, mit der Gewürzmischung marinieren und ca. 2 Stunden ziehen lassen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Tomaten enthäuten, vierteln, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. In einem Schmortopf das Schweineschmalz erhitzen, die Zwiebelscheiben zugeben und anschwitzen, Piment d' Espelette zugeben und mit Weißwein ablöschen. Darauf die Fleischwürfel geben und andünsten. Dann Tomatenwürfel, Thymianzweig und Lorbeerblatt zugeben, mit Geflügelfond auffüllen und das Sauerkraut locker auf der Oberfläche verteilen. Den Topf mit einem Deckel zudecken und im Ofen ca. 50 Minuten schmoren. Das Gulasch mit Salz und Pfeffer abschmecken und anrichten. Einen Klecks Sauerrahm und frisch gemahlener Pfeffer obenauf geben und servieren. Nach Belieben kann man noch rote und gelbe Paprikastreifen in Olivenöl anbraten und als Garnitur obenauf geben.

Jörg Sackmann Montag, 12. April 2010