

Griechisches Gulasch von Rinder-Filet

Für 2 Personen

400 g Rinderfilet	100 g griech. Reismudeln	400 g Schalotten
4 Roma-Tomaten	1 gelbe Paprika	1 rote Paprika
250 g gestückelte Tomaten	1 rote Chili	1 Bund Koriander
2 Lorbeerblätter	2 Knoblauchzehen	50 g Fetakäse
1 EL Crème-fraîche	100 ml Olivenöl	250 ml trockener Rotwein
2 EL Balsamico	1 TL gemahlene Kardamom	1 TL gemahlene Kreuzkümmel
1 TL gemahlene Zimt	1 Muskatnuss	Olivenöl
Salz, schwarzer Pfeffer		

Einen Topf mit Wasser aufstellen und dieses zum Kochen bringen. Das Filet waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden, salzen und pfeffern. Die Schalotten und Knoblauchzehen abziehen. Die Schalotten ganz lassen und an den Enden kreuzweise einschneiden, die Knoblauchzehen, sowie die Chili in Würfel schneiden. Die Tomaten, sowie die Paprika waschen und in kleine Würfel schneiden. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und das Fleisch darin anbraten, herausnehmen und beiseite stellen. Die griechischen Reismudeln in das kochende Wasser geben und so lange kochen, bis sie al dente sind. Im verbliebenen Fett die Schalotten und den Knoblauch anbraten. Die Tomaten würfeln. Die Paprikaschoten vom Strunk und den Kernen befreien und in Würfel schneiden. Die Tomaten und die Paprika zu den Schalotten geben. Nach einer Minute die gestückelten Tomaten hinzugeben und das Fleisch zurück in den Topf geben. Den Rotwein mit dem Kardamom, dem Kreuzkümmel und dem Zimt zu dem Gemisch geben. Die Chili vom Strunk und den Kernen befreien, klein schneiden und zu den Tomaten geben. Zugedeckt bei mittlerer Hitze weitergaren. Kurz vor dem Anrichten den Koriander hacken und zusammen mit der Crème-fraîche zum Gulasch geben. Das Gulasch auf einem Teller zusammen mit den Reismudeln anrichten. Mit etwas Koriander garnieren und den Fetakäse über das Gulasch bröckeln

Bine Müller am 19. April 2012