

Gulasch mit Petersilien-Kartoffeln und Apfel-Rotkraut

Für zwei Personen

200 g Rinderfilet	200 g Schweinefilet	4 Kartoffeln, fest
1 Rotkohl	1 kleiner Apfel	2 große Zwiebeln
1 Schalotte	1 Möhre	1 EL Tomatenmark
1 Bund glatte Petersilie	4 Lorbeerblätter	1 EL Mehl
2 EL Butter	200 ml Rotwein	200 ml Gemüfefond
300 ml Fleischfond	1 TL süßes Paprikapulver	5 EL Rapsöl
Cayennepfeffer	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, vierteln und in einer ausreichenden Menge Salzwasser gar kochen. Die Schalotte abziehen und fein hacken. Den Rotkohl in feine Scheiben schneiden. Den Apfel schälen und achteln. Zwei Esslöffel des Öls in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin anschwitzen. Den Rotkohl, die Apfelstücke und zwei der Lorbeerblätter ebenfalls in den Topf geben. Mit 100 Milliliter des Rotweins ablöschen und alles einreduzieren lassen. Den Rotkohl mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem Gemüfefond auffüllen. Das Rotkraut bei niedriger Temperatur bissfest garen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in gleich große Stücke zerteilen. Die Zwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden. Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch nach und nach kurz darin anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und zum Warmhalten in den vorgeheizten Backofen geben. Die Zwiebelringe in das gleiche Fett geben und andünsten. Die Möhren schälen und klein schneiden. Die Möhrenstücke, das Mehl, das Tomatenmark, die restlichen Lorbeerblätter, das Paprikapulver sowie eine Prise Cayennepfeffer dazugeben. So lange umrühren, bis auf dem Pfannenboden ein Belag entsteht. Anschließend alles mit dem restlichen Rotwein ablöschen und einreduzieren lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, in die Soße geben und ein paar Minuten darin ziehen lassen. Die Petersilie waschen, trocken tupfen und fein hacken. Die Butter in einer Pfanne leicht anbräunen. Die Kartoffeln abgießen und zusammen mit der Petersilie in die Butter geben und darin schwenken. Das Gulasch zusammen mit den Petersilienkartoffeln auf dem Teller anrichten. Den Rotkohl separat dazu servieren.

Waltraud Heyer am 29. Oktober 2012