

Fastenbier-Gulasch mit Schwarzbrot-Knödel

Für 4 Personen

Gulasch:

2 kg Rinder-Gulasch	2 rote Zwiebeln	$\frac{1}{2}$ l Bockbier
500 g Steckrübe	1 EL Tomatenmark	Kümmel
Pfefferkörner	Knoblauch	Zitronenzesten
1 Kartoffel, gerieben	1 l Rinderfond	Pflanzenöl
Salz, Pfeffer	Frühlingslauch	

Schwarzbrotknödel:

500 g Mehl	1 TL Salz	1 TL Zucker
250 ml Milch	$\frac{1}{2}$ Würfel Hefe	1 Ei
150 g Schwarzbrotwürfel	60 ml Milch	Rosmarin
Brotgewürz		

Gulasch, ohne dicke Sehnen, in 2x2 cm große Würfel schneiden und für mindestens 6 Stunden in Bockbier einlegen. Wer möchte, kann das Fleisch auch gern für 24 Stunden einlegen. Danach das Fleisch aus dem Bier nehmen, die Flüssigkeit aufheben. Fleisch salzen und pfeffern.

Steckrüben in 2x2 cm große Würfel schneiden und die roten Zwiebeln in ähnliche Größe würfeln.

In einem heißen Topf oder Bräter zuerst die Steckrübe und die Zwiebeln anbraten.

Gemüse aus dem Topf nehmen und die Rindfleischstückchen nach und nach heiß anbraten, damit Röstaromen entstehen. Bei zu viel Fleisch im Topf köchelt das Fleisch, weil die Temperatur fällt.

Fleisch aus dem Topf nehmen.

Tomatenmark im Topf rösten, Zitronenzesten, fein geschnittenen Knoblauch und grob zerkleinerten Kümmel und Pfeffer zugeben. Mit etwas Brühe die Röststoffe lösen und dann Fleisch, Gemüse und die fein geriebene Kartoffel zugeben.

Die restliche Brühe zugießen und bei mittlerer Stufe auf dem Herd köcheln lassen, bis die Flüssigkeit gebunden ist. Zum Schluss die restliche Einlegeflüssigkeit zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Frühlingslauch verfeinern.

Milch und Zucker handwarm erwärmen und die Hefe darin mit einem kleinen Rührbesen lösen.

Mehl und Salz in einer Rührschüssel mit dem Knethaken verrühren. Die Hefemilch einlaufen lassen, Ei zugeben und alles zu einem glatten Teig rühren. Schwarzbrotwürfel, Milch, etwas Rosmarin und Brotgewürz zugeben und mit dem Knethaken unterrühren.

An einem warmen Platz zugedeckt gehen lassen.

Nach 30-40 Minuten in eine gebutterte, ofenfeste Form geben und 20 Minuten dämpfen. Alternativ bei 150 Grad Umluft im Ofen dämpfen und zusätzlich ein Blech mit Wasser mit in den Ofen stellen. Den Hefeteig-Schwarzbrotknödel danach aus der Form stürzen, in Scheiben schneiden und gleich heiß servieren. Wenn er auskühlt, können die Scheiben auch in der Pfanne abgebräunt werden.

Fastenbier-Gulasch mit Schwarzbrotknödel auf Tellern anrichten und gleich servieren.

Josef Hartl am 06. März 2026