Gulasch

Zutaten für 4 Personen

4	EL	Bratöl (KEIN Olivenöl!)
150	g	Sojaschnetzel (mittelgroß)
350	g	Scharlotten
5		Knoblauchzehen
2		Paprika (rot oder gelb)
2	EL	getrockneter Majoran
1 geh.	TL	Senf
2	EL	Brühepulver
¼	TL	Zimt
1	TL	Salz
1	TL	Kümmel
2	EL	Paprikapulver (edelsüß)
1 geh.	EL	Mehl
150	ml	Rotwein
100	g	Tomatenmark
700	ml	heißes (!!) Wasser
½		Zitrone
2	EL	Schmalz
+		*später separat ...*
1	TL	Senf
1	EL	Paprikapulver (edelsüß)

Zubereitung

Schalotten schälen und halbieren, Knoblauchzehen grob hacken und das Öl in einem großen Topf erhitzen. Paprika in mundgroße Stücke schneiden.

In das heiße Öl die Sojaschnetzel geben und etwa 2-3 Minuten unter stetem Rühren anbraten. Herd etwas herunterstellen (es brennt SEHR schnell an). Nun Schalotten und Knoblauch dazugeben und weitere 2 Minuten braten. Danach die trockenen Gewürze, wie Majoran, Salz, Brühepulver, Zimt, Zitronenschale, Kümmel, Mehl dazu geben, weiter kräftig rühren und nochmals kurz anbraten. Zuletzt den Senf, Schmalz und das Tomatenmark dazugeben und nochmals kräftig (besonders auch am Boden) rühren.

Dazu nun den Rotwein geben … Rühren, bis er vollständig aufgenommen wurde. Nun das Wasser hineingießen, noch einmal rühren und nun endlich köcheln lassen – Etwa 20 Minuten. Zwischendurch immer umrühren, damit nichts am Boden kleben bleibt und anbrennt.

Nun noch die geschnittenen Paprika, den Senf und das Paprikapulver einrühren und weitere 5 Minuten köcheln lassen.

Dazu passt Polenta, Spätzle oder Pasta

FERTIG!