

## Szegediner Gulasch mit Apfel



© le menu

### ZUTATEN

ZUBEREITEN: ca. 20 Minuten

SCHMOREN: ca. 1 Stunde

Für 4 Personen

600 g Schweinsragout, z.B. Schulter  
 1 EL Bratbutter oder Bratcrème  
 2 Zwiebeln, gehackt  
 2 Knoblauchzehen, in Scheibchen  
 1 TL Salz  
 Pfeffer  
 3 EL milder Paprika  
 1 TL Kümmel  
 3 EL Tomatenpüree  
 1 dl Weisswein  
 7 dl Wasser oder heller Kalbsfond  
 450 g festkochende Kartoffeln, geschält, in Würfeln  
 250 g gekochtes Sauerkraut, abgetropft  
 1–2 Äpfel, z.B. Topaz, Kerngehäuse entfernt, in Spalten  
 100 g Crème fraîche

### NÄHRWERTE

Pro Portion / pro Stück: kcal 451 , Fett 21g , Kohlenhydrate 25g , Eiweiss 36g

### ZUBEREITUNG

1 Fleisch portionenweise in der heissen Bratbutter anbraten, herausnehmen. Alles Fleisch wieder in den Topf geben. Zwiebeln und Knoblauch dazugeben, mitdämpfen. Gewürze und Tomatenpüree beifügen und mitdämpfen.

2 Wein und Wasser dazugiessen, zugedeckt bei kleiner Hitze 40–45 Minuten schmoren lassen.

3 Kartoffeln beifügen, 15 Minuten weiterschmoren. Sauerkraut und Äpfel beifügen, 5 Minuten ziehen lassen. Crème fraîche daruntermischen, heiss werden lassen.