

# Kochen mit Klaus

## Mediterranes Gulasch (🌶️+)

### Zutaten: (Für 4-5 Personen)

- 500 g gem. Gulasch, 1 Zucchini, 1 Aubergine, Salz, 50 schw. Oliven,
- 2 rote Zwiebeln, 3 Knobizehen, 250 g Paprika-Mix, Pfeffer, 1 EL Mehl,
- 1 EL Gulaschcreme scharf, 3 EL Tomatenmark, 500 ml Fleischbrühe,
- 300 ml Rotwein, Olivenöl, 1 Pck. Fix f. Gulasch, Kräuter d. Provence

### Zubereitung:

1. Gulasch kleiner schneiden. Gemüse putzen, schälen. 1 Zwiebel achteln, andere u. Knobi fein, Paprika grob würfeln. Oliven halbieren. Zucchini u. Aubergine würfeln, salzen u. gut abtropfen lassen.



2. Zucchini u. Aubergine in Öl anbraten, Zwiebeln, Paprika u. Knobi mitbraten. Pfeffer, Kräuter zugeben u. entnehmen.



3. Fleisch in heißem Öl scharf anbraten, salzen u. pfeffern. Tomatenmark u. Gulaschcreme mitbraten, Mehl einrühren. Mit Rotwein u. Brühe ablöschen, Fix einrühren, aufkochen u. abgedeckt ca. 90 Min. köcheln lassen. Nach 60 Min. das Gemüse mit Oliven zugeben u. erwärmen. Mit Salz u. Pfeffer abschmecken.



*Tipp des Chaoten: Dazu Nudeln oder Reis servieren!*



Erstellt von Klaus am 12.10.2014