

# Kochen mit Klaus

## Mediterranes Rinderragout

Zutaten: (Für 6 Personen)

- 750 g Rindergulasch, 4 Knoblauchzehen, 3 Lauchzwiebeln, Pfeffer,
- Salz, 2 Zwiebeln, 250 g Paprika-Mix, 20 schw. Oliven, 400 ml Rotwein
- 1 Stange Sellerie, 1 Chili, Öl, 100 g Tomatenmark, 1 l Rinderbrühe,
- 1 Dose geh. Tomaten, 2 Pck. Fix f. Gulasch, 250 g grüne TK-Bohnen,
- 2 EL Bratensaft, 2 Lorbeerblätter, 3 Zweige Thymian, Pizzagewürz

### Zubereitung:

1. Gulasch waschen u. trockentupfen. Sellerie abziehen, mit Zwiebeln u. Knobi fein würfeln. Lauchzwiebeln in Ringe schneiden. Chili fein hacken. Paprika in grobe Würfel, Oliven in Ringe schneiden.



2. Rindfleisch in heißem Öl anbraten (austretenden Fleischsaft abgießen u. aufheben). Zwiebeln, Sellerie u. Chili mitbraten. Salzen u. pfeffern. Tomatenmark mitbraten, Tomaten u. Knobi zugeben, mit 1/2 Rotwein, Fleischsaft u. Brühe verlängern. Fix u. Bratensaft einrühren, aufkochen. Thymian, Lorbeerblätter zugeben u. zugedeckt ca. 90 Min. garen. Lauchzwiebeln, Paprika, Bohnen u. Oliven 30 Min. vor Garende zugeben. Mit restl. Rotwein verlängern. Thymianzweige u. Lorbeer entfernen. Evtl. mit dunklem Saucenbinder andicken.



3. Mit Salz, Pfeffer u. Pizzagewürz abschmecken.



*Tipp des Chaoten: Dazu Pasta und Rotwein reichen!*



Erstellt von Klaus am 16.11.2013