



## Ungarischer Gulaschtopf

- ◆ 1,5 kg Schweinegulasch
- ◆ 2 Esslöffel **Patatas Bravas Dip**
- ◆ etwas Salz und Paprikapulver
- ◆ Mehl zum Bestäuben
- ◆ 3 Esslöffel **ungarisches Puszta-Öl**
- ◆ 2 Esslöffel **Land-Öl mit Buttergeschmack**
- ◆ 1 Zwiebel und 1 Zehe Knoblauch
- ◆ 1 grüne und 2 rote Paprikaschoten
- ◆ 3- 4 Esslöffel Tomatenmark



Den Gulasch in gleichmäßig große Stücke schneiden, mit **Patatas Bravas**, Salz und Paprikapulver würzen, mit dem Mehl bestäuben und dem **ungarischen Puszta-Öl** beträufeln. Eine Viertelstunde ziehen lassen. Das **Land-Öl mit Buttergeschmack** mit einem Löffel **ungarischem Puszta-Öl** mischen, in einem großen Topf erhitzen, eine klein geschnittene Zwiebel und die Knoblauchzehe andünsten, dann das gewürzte Gulasch zugeben und anbraten. Dabei gut umrühren, damit nichts anbrennt. Nach ein paar Minuten mit kochendem Wasser ablöschen, Tomatenmark und frische Paprika in Streifen geschnitten dazu geben. Den Topfdeckel auflegen und im auf 160 Grad vorgeheizten Backofen noch ca. 70 Minuten gar schmoren.

6-8 Portionen

Rezept

6

2013\_02

weitere Infos unter:  
[www.schenken-geniessen.info](http://www.schenken-geniessen.info)

schenken & genießen

Kölner Str. 94  
57368 Lennestadt  
☎ 02721 / 2541



## Meerrettich- Senf Dip

Ein herzhafter Dip oder mit einer Scheibe Vollkornbrot eine vollwertige Mahlzeit.

- ◆ 1 Esslöffel **Meerrettich-Senf**
- ◆ ½ Becher Schmand oder Creme fraiche
- ◆ 1 hartgekochtes Ei

Senf mit Schmand verrühren und das hartgekochte Ei hacken und untermischen. Kühl stellen und ca. 15 Minuten ziehen lassen.

## Fruchtige Vinaigrette

Diese fruchtige Vinaigrette harmoniert sehr gut mit etwas herberen Salaten, z.B. Feldsalat oder Radicchio.

- ◆ 3 Esslöffel **Walnuss-Öl geschmacksreich**
- ◆ 2 Esslöffel **Honig-Walnuss Aperitifessig**
- ◆ 1 Esslöffel **Waldhimbeer-Aperitifessig**
- ◆ 1 reife, weiche Birne
- ◆ etwas Pfeffer und Salz
- ◆ ½ Teelöffel **Salatkräuter**
- ◆ 200 g geputzten Feldsalat / einige Tk-Himbeeren

Essige und Öl mit Salz, Pfeffer und den Kräutern mischen. Die Birne schälen, entkernen, vierteln und in der Essig-Öl Mischung mit dem Zauberstab pürieren. Über den Salat geben, mit ein paar Himbeeren vermengen und sofort servieren.

Rezept

6

2013\_02

weitere Infos unter:  
[www.schenken-geniessen.info](http://www.schenken-geniessen.info)

schenken & genießen

Köln Str. 94  
57368 Lennestadt  
☎ 02721 / 2541