

Gulasch im CrockPot

© horst-ries.de

Gulasch ohne Anbraten – eigentlich für mich nicht vorstellbar.

Ich will aber keine Vorurteile pflegen - ohne probieren kann man nicht urteilen. Zumal mir Rouladen ohne Anbraten im CrockPot ganz gut gelungen waren. Das Anbraten des Gulaschs ist sowieso eine diffizile Angelegenheit. Man muss das Fleisch portionsweise anbraten, da es sonst zuviel Saft abgibt und es mehr ein Kochen, als Anbraten wird. Ich würde schon gern auf diese umständliche Prozedur verzichten.



Also 1,5 kg gemischtes Gulasch – halb Rind, halb Schwein – gekauft. Gemischtes Gulasch mache ich sonst nie, weil es durch die unterschiedlichen Garzeiten von Rind und Schwein immer Probleme gibt – entweder das Schweinefleisch ist gar und das Rindfleisch noch zäh, oder das Rindfleisch ist gar und das Schweinefleisch zerfällt. Nun, ich wollte mal probieren, wie es beim NT-Garen im CrockPot wird.

Weil ich auf Bratgeschmack aber nicht verzichten will, briet ich vorher einen Fond. Also andersrum, wie ich es bei den Rouladen gemacht hatte.

1. 50g Speck würfeln und in 2 EL Butterschmalz auslassen.
2. Würfelchen von 1 Möhre, 1 Scheibe Sellerie, 1 kl. Wurzelpetersilie mit hinein und alles kräftig anbraten.
3. Dann eine grobgewürfelte große Zwiebel dazu und goldgelb anrösten.
4. 1 EL Edelsüßpaprika überstäuben und unter umrühren kurz (!) anrösten. Dass muss wirklich schnell gehen – höchsten 5-10 Sekunden, sonst verbrennt der Paprika und wird bitter.
5. Nun sofort eine Büchlein (70 g) doppelt konzentriertes Tomatenmark unterrühren und mit anrösten lassen – ca. 1 Minute.
6. Dann mit ½ Flasche Rotwein ablöschen – umrühren.



Das Fleisch mit 1 TL Kümmel, 1 TL Pfeffer und 1 EL Salz vermengen und in den Fond geben. Alles miteinander vermischen und dann in den CrockPot. Noch eine Chilischote dazu. Ich hätte gern noch eine Gemüse-Paprika in Streifen mit dazugegeben – hatte ich aber leider nicht da.

Auf Stufe „Automatik“ 8 Stunden.

Nach acht Stunden – Deckel auf – ein herrliches Gulasch lachte mir entgegen:



Und es schmeckte auch herrlich, nur Salz fehlte noch – habe auch noch einen Schuss Tabasco hineingegeben.

- Rind- und Schweinswürfel waren gleichmäßig gar.
- Zur Abrundung der Soße 3 EL Saure Sahne untergerührt – fertig.
- Gulasch werde ich nur noch im CrockPot machen!

Stromkosten in diesen 8 Stunden: 25 Cent – in herkömmlicher Weise auf dem Herd, wäre es teurer gekommen.

P.S. Rotweinzusatz: Bei Bedenken wegen der Kinder. Alkohol verflüchtigt sich bei 78° - nach acht Stunden im CrockPot bei 80-90° ist keinerlei Alkohol mehr nachweisbar – aber Geschmack...

