

## Sören Anders Rindergulasch mit Pommes Dauphine

Freitag, 9. Februar 2024  
Rezept für 4 Personen

Dauer: 2,5 Stunden  
Schwierigkeitsgrad: mittel  
Grundrezept

### Zutaten:

Für das Gulasch

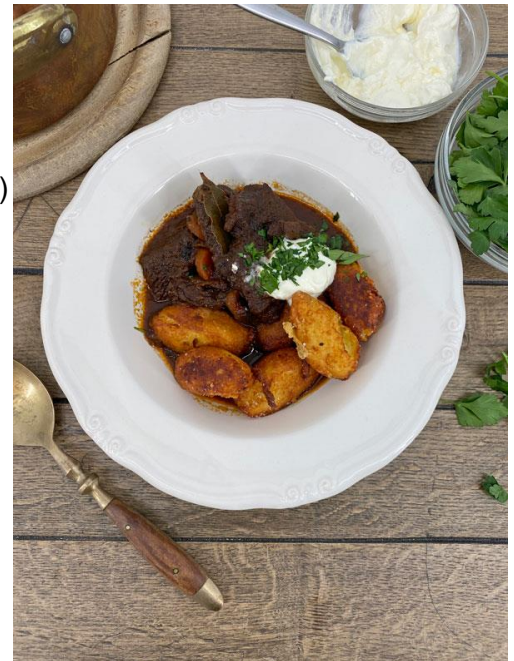
800 g	Rindfleisch aus der Schulter (alternativ Oberschale)
etwas	Salz
5 EL	Öl zum Braten
3	Zwiebeln
1	Möhre
etwas	Tomatenmark
2 Zweige	Thymian
2	Lorbeerblätter
300 ml	Rotwein, trocken (z. B. Burgunder)
500 ml	Rinderbrühe (oder Gemüsebrühe)
1 TL	Speisestärke
2 EL	Wasser
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1 Bund	glatte Petersilie
100 g	Schmand

Für die Pommes Dauphine:

600 g	Kartoffeln, mehligkochend
etwas	Salz
100 ml	Wasser
20 g	Butter
75 g	Weizenmehl, Type 405
1	Ei
10 g	Speisestärke
50 g	Parmesan, frisch gerieben
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1 Prise	Muskat
500 g	Frittierfett zum Ausbacken

### Zubereitung:

1. Fleisch in etwa mundgerechte Würfel schneiden, trocken tupfen und leicht salzen.
2. In einem großen Schmortopf 3 EL Öl erhitzen. Das Fleisch darin in kleinen Portionen rundherum goldbraun anbraten.
3. Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden.
4. Möhre putzen, schälen und in Scheiben schneiden.
5. Das Fleisch aus dem Topf nehmen.
6. Zwiebel und Möhrenscheiben im Bratfett unter Wenden anbraten.
7. Tomatenmark zugeben und unter Rühren mit anrösten.
8. Thymian waschen, trocken schütteln und mit den Lorbeerblättern zugeben.
9. Dann Rotwein und Brühe angießen. Das Fleisch wieder zugeben und alles sacht aufkochen lassen.
10. Das Fleisch ca. 2 Stunden zugedeckt köcheln lassen. Zwischendurch öfter umrühren und, falls nötig, noch etwas Flüssigkeit zugeben.
11. In der Zwischenzeit für die Pommes Dauphine Kartoffeln schälen, waschen, vierteln und in einem Topf in gesalzenem Wasser ca. 25 Minuten weichkochen.



12. Die gekochten Kartoffeln abgießen und etwas ausdampfen lassen.
13. In einem kleinen Topf 100 ml Wasser und Butter aufkochen. Das Mehl auf einmal zugeben und mit einem Kochlöffel einrühren, bis sich ein Teigkloß und ein weißlicher Belag am Topfboden bildet (Masse „abbrennen“).
14. Den Topf vom Herd nehmen und unter ständigem Rühren das Ei unter den Teig arbeiten.
15. Die Kartoffeln noch heiß durch die Presse drücken und unter den Teig arbeiten. Stärke und Parmesan ebenfalls untermischen. Masse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
16. Frittierfett in einem Topf erhitzen.
17. Aus dem Teig Nocken formen und diese im heißen Frittierfett goldbraun ausbacken.  
Hinweis: Um herauszufinden, ob das Frittieröl bereits heiß genug ist, einfach den Holzstiel eines Kochlöffels in das flüssige Fett halten. Die richtige Temperatur ist erreicht, wenn sich um das Holz herum kleine Bläschen bilden und nach oben steigen. Dann hat das Öl eine Temperatur von etwa 170 Grad Celsius und somit die optimale Temperatur zum Frittieren.
18. Dann mit einer Siebkelle herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
19. Geschmortes Fleisch aus dem Schmorsud stechen.
20. Die Sauce durch ein Sieb passieren, gegebenenfalls offen etwas einkochen lassen. Sofern gewünscht, Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren und die Sauce damit binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
21. Das Fleisch wieder in die Sauce geben und erwärmen.
22. Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.
23. Gulasch auf vorgewärmten Tellern anrichten, je etwas Schmand darauf geben und mit Petersilie bestreuen. Dazu die Pommes Dauphine servieren.

Pro Portion: 1080 kcal/ 5410 kJ,  
46 g Kohlenhydrate, 58 g Eiweiß, 69 g Fett