

**Kochen**

**Martin Gehrlein**

**Mittwoch, den 12.10.2022**

**Kartoffel-Karotten-Gulasch mit Äpfel und Maronen**

**Für 4 Personen**

**Zutaten**

3 Zwiebeln, rot  
 700 g Karotten  
 700 g Kartoffeln, vorwiegend festkochend  
 2 Stiele Rosmarin  
 1 Stiel Thymian  
 2 Lorbeerblätter  
 etwas Salz  
 etwas Pfeffer  
 etwas Paprikapulver, edelsüß  
 4 EL Rapsöl  
 2 EL Tomatenmark  
 800 ml Gemüsebrühe  
 2 Äpfel säuerlich, Boskop oder Elstar  
 200 g Maronen, vorgegart, vakuumiert  
 50 g Butter  
 etwas Zucker  
 etwas Majoran, frisch oder getrocknet  
 1 Bund Schnittlauch  
 200 g Schmand oder Saure Sahne  
 0,5 Biozitron, Saft und etwas abgeriebene Schale davon  
 0,5 Bund Petersilie



**Zubereitung**

1. Zwiebeln abziehen, halbieren und in sehr dünne Spalten schneiden. Karotten und Kartoffeln putzen, schälen und abbrausen. Rosmarinnadeln und Thymianblättchen abziehen und fein schneiden.
2. Zwiebeln, Karotten, Kartoffeln, Rosmarin, Thymian und Lorbeer in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver kräftig würzen. Öl zugeben und alles mischen.
3. Die Gemüse Mischung in einem Bräter portionsweise anbraten. Zuletzt Tomatenmark unterrühren und anrösten.
4. Übrige Gemüse Mischung zugeben. Mit Brühe ablöschen. Alles ca. 20 Minuten abgedeckt köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist.
5. Inzwischen Äpfel abbrausen, trockenreiben, vierteln, entkernen (nach Belieben schälen). Äpfel in Würfel schneiden. Maronen grob hacken.
6. Butter in einer Pfanne erhitzen Äpfel darin anbraten. Maronen zugeben. Mit etwas Zucker bestreuen und etwas karamellisieren lassen. Mit Majoran, Salz und Pfeffer würzen.
7. Schnittlauch in Röllchen schneiden. Mit Schmand, Zitronensaft und -schale verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
8. Nach 20 Minuten, den Deckel von der Kartoffel-Karottenmischung abnehmen und nach Belieben sämig einköcheln lassen.
9. Petersilie abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden.
10. Kartoffel-Karottengulasch nochmal abschmecken. Petersilie darüberstreuen. Mit dem Maronen-Äpfel-Mix und Schnittlauch-Schmand anrichten und servieren.