

# Omas deftiger Wildeintopf



**Fertig in 2 Stunden  
15 Minuten**

## Zutaten für 4 Portionen

- 500 Gramm Zwiebeln
- 1 Pfefferschote (rot, Peperoni)
- 1 EL Butterschmalz
- 700 Gramm Rindergulasch (in 2-3 cm großen Stücken; am besten Bio)
- Salz Pfeffer (frisch gemahlen)
- 2 TL Paprikapulver edelsüß
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Mehl
- 200 Milliliter Rotwein (trocken)
- 600 Milliliter Fleischbrühe
- 150 Gramm Karotten
- 200 Gramm Kirschtomaten
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Bio-Zitrone

**Ca. 400 Zeichen  
(mit Leerzeichen)**

Quelle Rezept: André F.

**Quelle: Eigenes Foto  
oder Angabe des  
Mediums (Print: Autor,  
Buchtitel, ISBN, Seiten-  
zahl), Internet: URL  
nennen**

**Quelle: Eigenes Rezept oder  
Angabe des Mediums (Print:  
Autor, Buchtitel, ISBN, Seiten-  
zahl), Internet: URL nennen**

Quelle Bild: André F.



**André F.**  
Triebfahrzeugführer bei Cantus.  
Seit 2014 im Betrieb.

Quelle Bild: André F.

**Quelle Bild  
angeben**

**Ca. 270 Zeichen  
(mit Leerzeichen)**

„Ich lieb' Omas Eintopf. Die traditionelle Zubereitung, die familiäre Verbundenheit und den einzigartigen Geschmack, der Kindheitserinnerungen weckt. Mediterranes Gulasch – die leichte Schärfe und die verschiedenen Gemüsesorten runden den Geschmack des Gulaschs perfekt ab.“

## Zubereitung

1. Zwiebeln schälen, halbieren, in Halbringe schneiden. Pfefferschote putzen, abspülen, in Ringe schneiden. Petersilienwurzeln schälen, abspülen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Butterschmalz im Topf erhitzen, Fleischwürfel darin von allen Seiten kräftig anbraten, salzen und pfeffern.
2. Zwiebeln, Pfefferschote und Petersilienwurzeln dazugeben und 2-3 Minuten mitbraten. Paprikapulver und Tomatenmark zufügen und 3 Minuten unter Rühren mitbraten. Dann das Mehl darüberstäuben und weitere 2 Minuten mitbraten. Wein und Brühe dazugießen, zugedeckt bei kleiner bis mittlerer Hitze 1 Stunde 30 Minuten schmoren.
3. Inzwischen die Möhren schälen, abspülen und in etwa 1/2 cm große Würfel schneiden. Staudensellerie putzen, abspülen, Blätter abschneiden und in kaltes Wasser legen. Staudensellerie in etwa 1/2 cm große Würfel schneiden. Bohnen in einem Sieb kalt abspülen und abtropfen lassen. Tomaten putzen und abspülen. Rosmarin abspülen. In der Garzeit Möhren, Selleriewürfel, Bohnen, Tomaten und Fleisch geben.
4. Nudeln nach Packungsangabe bissfest kochen. Zitrone abspülen, trocknen, Schale fein abreiben. Petersilie abspülen, trocknen, Blätter abzupfen. Gulasch und Nudeln servieren, mit Sellerieblättern, Petersilie und Zitronenschale bestreuen.

**Ca. 1.300 Zeichen  
(mit Leerzeichen)**



### Mein Lieblingssong beim Kochen:

Escape (The Pina Colada Song)  
Rupert Holmes

Guten Appetit