Szegediner Gulasch

Zutaten:

- 500 g Schweinegulasch, mager
- 30 g Schmalz oder Bratöl
- 30 g Mehl
- 300 g Zwiebel(n)
- 1 TL Salz½ TL Pfeffer
- 1 TL Kümmel
- 2 TL Paprikapulver, rosenscharfes
- 70 g Tomatenmark oder mehr
- 2 Knoblauchzehe(n), gepresst
- 200 ml Gemüsebrühe
- 150 ml Joghurt, optiona
- 300 g Sauerkraut oder mehr, bis 500 g
- 1 m.-große Kartoffel(n), roh gerieben, zum Binden, optional
- 1 TL Sauerrahm pro Portion

Zubereitung:

Gulasch im heißen Schmalz scharf anbraten. Kann ruhig schön braun sein. Mit dem Mehl bestäuben, Zwiebeln, Salz, Pfeffer, Kümmel, Rosenpaprika, Tomatenmark (keine Tomaten!) und die gepressten Knoblauchzehen zufügen (Achtung: Das Bratgemisch wird durch das Mehl etwas pampig, keine Angst, das verliert sich total und wird sehr schön cremig, wie das Gulasch sein sollte). Ist das Mehl hellbraun, mit Gemüsebrühe auffüllen. Ist das Fleisch sehr mager, noch 150 ml Joghurt dazugeben! Schön durchschmoren, ca. 20 – 30 Minuten.
Das Sauerkraut zufügen, gut unterrühren und weitere ca. 30 Minuten schmoren.
Das Gericht lässt sich noch schmackhaft mit einer geriebenen rohen Kartoffel binden! Zum Servieren etwas Sauerrahm auf das

Gulasch geben.
Am nächsten Tag schmeckt das Gericht noch köstlicher!

Hessisches Schmandschnitzel

Zutaten (2 Personen)

Zutaten

Zutaten für **2 Personen**

- 2 Schnitzel
- 1 Ei
- geriebene Semmel (Panade)
- Pfeffer/Salz
- Fett zum Braten
- kleine Zweibel
- Porree
- 75 gr roher Schinken (gewüfelt)
- etwas Butter
- 200 gr Schmand
- 8 Kräuter (TK)
- Schnitlauch

Zubereitung

- Ei verrühren, geriebene Semmel mit Pfeffer und Salz würzen. Fleisch waschen. Mit Küchenpapier trocken tupfen. Fett im Tiegel erhitzen. Fleisch erst in Ei, dann in geriebener Semmel wenden. Die Schnitzel im heißen Fett braten und warm stellen.
- Zwiebel schälen, fein würfeln. Den unteren Teil vom Porree in feine Ringe schneiden und gründlich waschen.

Butter in einem Topf zerlassen. Die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Die Schinkenwürfel dazugeben, etwas mit anbraten. Porree und 8 Kräuter dazugeben, zugedeckt dünsten.

- Schmand dazugeben. Eventuell mit etwas Milch verrühren. Mit Pfeffer würzen. Nur noch erwärmen, nicht kochen lassen. Schnittlauch waschen, in feine Röllchen schneiden. Schnitzel auf Teller verteilen. Die Schmandsoße darübergeben und mit den Schnittlauchröllchen bestreuen.

Schweine -Filettopf

Zutaten für 6 Portionen:

- 1 kg Schweinefilet(s)
- -1 EL Öl
- 1 EL Butter
- n. B. Salz und Pfeffer
- 2 m.-große Zwiebel(n), fein gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe(n), fein gewürfelt
- 100 g Katenschinken, in sehr kleine Würfel geschnitten
- 500 g Champignons
- 200 ml Fleischbrühe oder Gemüsebrühe
- 200 ml Sahne
- 200 g Crème fraîche oder Schmand
- 1 EL Tomatenmark, 3-fach konzentriert
- 1 TL Senf
- etwas Speisestärke, optional
- 1 Bund Petersilie, gehackt, oder 3 EL TK-Ware

Zubereitung:

Vom Schweinefilet die weiße Haut entfernen. Das Öl mit der Butter erhitzen, nicht zu heiß werden lassen. Das
Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 10 Minuten von allen Seiten braten.

Es soll innen noch rosa sein. Dann herausnehmen und auf einem Teller (damit der Fleischsaft aufgefangen wird) erkalten lassen.

Im Bratfett Zwiebeln, Knoblauch und Schinken gut bräunen. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden
und mitbraten. Mit Brühe ablöschen und Sahne und Crème fraîche oder Schmand und den ausgetretenen
Fleischsaft zugeben.

Die Soße mit Salz, Pfeffer, Tomatenmark und Senf kräfig abschmecken. Sollte sie zu flüssig sein, etwas Speisestärke in wenig kaltem Wasser anrühren und unter Rühren zur kochenden Soße geben, bis zur gewünschten Konsistenz.

Die Soße abkühlen lassen.
Das kalte Fleisch in 1 cm breite Scheiben schneiden und dann in Streifen. Dann in die Soße geben, die Petersilie
dazu und durchrühren, kühl stellen.

Am nächsten Tag das Gericht auf kleiner Flamme erhitzen, jedoch nicht mehr kochen. So bleibt das Fleisch rosa.
Die Soße nochmals abschmecken.

Überbackene Schnitzel vom Blech

Zutaten

- 400 g Champignons
- 2 Zwiebeln
- 4 Schweineschnitzel (à ca. 120 g)

· Salz

- 2 EL Sonnenblumenöl
- 300 g gemischtes Hackfleisch
- Pfeffer
- 100 g Schlagsahne
- 4 EL Aiwar (Pikant-scharfe Gewürzpaste)
- 100 g Goudakäse
- 1/4 Bd Petersilie
- Fett für die Form

Zubereitung

1. Pilze putzen, säubern und je nach Größe evtl. halbieren. Zwiebeln schälen und würfeln. Fleisch waschen, trocken tupfen, quer halbieren und mit Salz würzen
2. Öl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch darin portionsweise je ca. 4 Minuten unter Wenden braten- Fleisch herausnehmen, Hack im Bratfett unter Wenden ca. 8 Minuten krümelig braten. Nach ca. 4 Minuten Pilze und Zwiebelwürfel dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen
3. Fleisch und Hack in eine gefettete Auflaufform geben. Sahne und Aiwar verrühren und über dem Fleisch-Hack verteilen. Käse grob raspeln und Auflauf damit bestreuen
4. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/ Umluft: 175 °C/ Gas: s. Hersteller) ca. 45 Minuten überbacke – Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Fertigen Auflauf mit Petersilie bestreuen. Dazu schmeckt Salat

Zwiebelkoteletts aus dem Ofen

Zutaten

- 1 kg Zwiebeln
- 500 g kleine Champignons
- 75-100 g geräucherter durchwachsener Speck
- 4 (à 200 g) Schweinekoteletts
- ca. 5 EL Mehl zum Wenden
- 3 EL Öl
- Salz
- Pfeffer
- 6 EL Tomaten-Ketchup
- 3 EL mittelscharfer Senf
- 250-300 g Schlagsahne

Zubereitung

1. Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Pilze putzen und waschen. Speck

würfeln. Koteletts waschen, trockentupfen. Im Mehl wenden, leicht abklopfen. 2.

- Koteletts im Bräter in 2 EL heißem Öl anbraten

Würzen, herausnehmen. Ketchup und Senf verrühren, Koteletts damit bestreichen.

- 1 EL Öl im Bratfett erhitzen und den Speck darin knusprig

braten. Zwiebeln ca. 5 Minuten mitbraten. Herausnehmen. Pilze im heißen Bratfett ca. 5 Minuten braten. Mit den Zwiebeln mischen und würzen.

- Hälfte Speck-Zwiebel-Masse im Bräter verteilen. Koteletts darauf legen. Rest Speck-Zwiebel-Masse darauf verteilen. Sahne darüber gießen. Zugedeckt im heißen

Ofen (E-Herd: 175 °C/Umluft: 150 °C/Gas: Stufe 2) ca. 2 Stunden schmoren. Nach ca. 1 1/2 Stunden offen zu Ende schmoren. Dazu: Bauernbrot oder Salzkartoffeln. Getränk: kühles Bier.