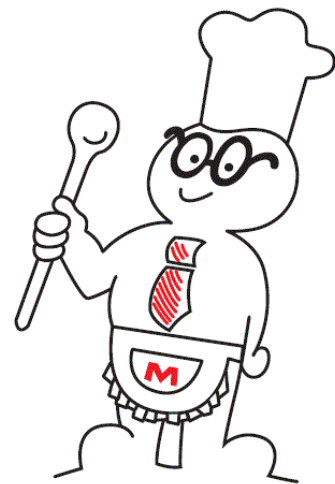


# Ortenauer Gulasch

## Zutaten (für 2 Personen):

- 400 g Rindfleisch zum Schmoren
- Etwas Olivenöl
- 1 Orange (Saft davon)
- 500 ml Rotwein, trocken
- 50 ml Cognac oder Weinbrand
- 1 Zwiebel
- 2 Lorbeerblätter
- 6 Pfefferkörner, grün, eingelegt
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Kräuter der Provence, getrocknet oder 2 TL frische
- Salz und Pfeffer
- 200 ml Rinderbrühe
- 4 EL Balsamico, dunkel
- 1 TL Honig
- 2 Tomaten



## Zubereitung:

Einen Abend zuvor das Rindfleisch in ca. 2 bis 3 cm große Würfel schneiden. In etwas Olivenöl scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen, mit etwas Salz, Pfeffer und den Kräutern würzen und beiseite stellen. Zwiebeln und Knoblauch fein hacken und in der Restwärme der Pfanne glasig andünsten. Rindfleisch, Zwiebeln, Knoblauch, Rotwein, Cognac, Orangensaft, Lorbeerblätter und grünen Pfeffer über Nacht in einem Topf kühl durchziehen lassen. Am nächsten Tag alles bei geringer Hitze aufkochen lassen. Rinderbrühe hinzugießen. In einer Pfanne den Balsamico-Essig aufkochen und unter ständigem Rühren so lange köcheln lassen, bis der Essig weitestgehend verkocht ist. Honig hinzugeben und die Balsamicosauce nochmal kurz einkochen lassen und dann zum Gulasch geben. Die Tomaten fein würfeln und zum Verkochen ebenfalls hinzugeben. Nun den Deckel halb auflegen und mind. 2 Stunden bei geringer Hitze schmoren oder im Backofen bei 160°C garen. Die Flüssigkeit sollte dabei so weit verkochen, dass sie leicht dicklich wird. Zum Schluss ggf. mit Gewürzen abschmecken. Dazu passen Spätzle, Baguette oder wie auf unserem Foto breite Nudeln und ein frischer Salat. Der Rotwein kann auch gut zum Essen serviert werden.

Guten Appetit!

