

# KÜRBISGULASCH



## ÜBERSICHT

- Dauer: 40 Minuten
- Menge: 4 Portionen
- Schwierigkeit: mittel

## ZUTATEN

- 1/2 Hokkaido Kürbis (ca. 500g)
- 4 mittelgroße Kartoffeln
- 2 mittelgroße Karotten
- 1 kleine Scheibe Knollensellerie
- 2 Zwiebeln
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 1 Scheibe (Bauch-)Speck (0,5cm dick)
- 2 EL süßes Paprikapulver
- 1/2 TL geräuchertes Paprikapulver
- 1 EL Tomatenmark
- ca. 0,5L heißes Wasser
- 2 EL Sauerrahm
- 2 EL Mehl
- Olivenöl
- 2 Lorbeerblätter
- Salz, Pfeffer



## ZUBEREITUNG

Wir lieben Kürbis, egal in welcher Form. Dieses Kürbisgulasch ist eine tolle Abwechslung zu Kürbisrisotto und Kürbissuppe.

Kürbis, Kartoffeln, Karotten und Sellerie in etwa gleich große Stückchen schneiden. Zwiebeln und Speck fein hacken und in einem größeren Topf glasig anschwitzen. Das zuvor geschnittene Gemüse und die gepresste Knoblauchzehe hinzugeben. Bei Bedarf kann man noch ein wenig Olivenöl hinzufügen und alles mäßig rösten. Das Tomatenmark anschließend auch leicht mit rösten und mit Paprikapulver würzen. Alles gut vermengen und mit heißem Wasser aufgießen. Aber nur so viel, dass das Gemüse gerade noch bedeckt ist. Lorbeerblätter, eine Prise Pfeffer und eine ordentliche Prise Salz mit in den Topf geben. Bedeckt, bei mittlerer Hitze und gelegentlichem Umrühren ca. 15-20 Minuten köcheln lassen.

Sollte es nach 15 Minuten noch zu flüssig sein, kann ganz leicht nachgeholfen werden: Vier Esslöffel „Gulaschsaft“ aus dem Topf mit Mehl und Sauerrahm in einer kleinen Schüssel glatt rühren und zügig in den Topf zurück geben. Alles gut miteinander vermengen und nochmals aufkochen. Anschließend für weitere 5 Minuten köcheln lassen, damit die Bindung perfekt wird. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, die zwei Lorbeerblätter rausfischen und wer es gerne schärfer mag, kann noch mit Chili Öl oder Chilipulver nachhelfen.

Mit Gebäck oder Reis servieren und genießen.

