

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Einfach und gut

Trunk-Kälble, Lina

Karlsruhe, 1947

Goulasch mit Bohnen

[urn:nbn:de:bsz:31-305205](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-305205)

Einfache Fleischspeise.

Ein Stückchen gekochtes Rindfleisch wird fein verwiegt oder durch die Maschine getrieben. Fein geschnittene Zwiebeln in etwas Butter dämpfen, dann das Fleisch zugeben, 1—2 Eßlöffel Mehl darüber streuen und mit Fleischbrühe ablöschen. Nachdem man etwas Salz und Gewürz zugegeben hat, gibt man diese Masse in eine mit Butter bestrichene Auflaufform oder Kasserolle, bereitet mit der übrigen Fleischbrühe einen Kartoffelbrei und gibt ihn auf die Fleischmasse. Der Brei wird nicht glatt gestrichen, sondern mit einer Gabel getupft. Das Ganze kommt $\frac{1}{2}$ Std. in den Backofen. Es kann auch fein verwiegte Wurst Verwendung finden.

Goulasch.

Ein Stückchen Fleisch wird geklopft, von Haut befreit und in kleine Würfel geschnitten. Feingeschnittene Zwiebeln und das Fleisch werden mit einem Löffel Fett angebraten; man streut 1—2 Eßlöffel Mehl darüber, löscht mit Knochenbrühe ab und gibt etwas Salz zu. Man läßt das Fleisch etwa 1 Std. dämpfen. Bei Bereitung von Goulasch werden oft in Würfel geschnittene Kartoffeln, welche in Salzwasser halbweich gekocht sind, zugegeben.

Goulasch mit Bohnen.

Von Rindfleisch oder Schweinefleisch wird ein Goulasch bereitet, man gibt $\frac{1}{2}$ Pfd. weiße Bohnen zu. Die Bohnen werden gewaschen, über Nacht eingeweicht, mit frischem Wasser aufgestellt, halbweich gekocht, dann zu dem Goulasch gegeben und zusammen vollends gar werden lassen.

Goulasch mit Gelberüben.

Auf $\frac{1}{2}$ Pfd. Rindfleisch rechnet man 2 Pfd. Gelberüben. Das Fleisch wird in kleine Würfel geschnitten und die Knochen mit Suppengrün und Wasser aufgestellt. Die Gelberüben werden gewaschen, geputzt, in dünne Scheiben geschnitten und mit Fleischbrühe gedämpft. Fein geschnittene Zwiebeln werden in etwas Butter angeröstet, das Fleisch nebst Salz zugegeben und unter Umwenden solange gedämpft, bis es nicht mehr rot ist; dann streut man 1—2 Eßlöffel Braunmehl darüber, löscht mit der Knochenbrühe ab und läßt das Fleisch gut zugedeckt $\frac{1}{2}$ Std. dämpfen. Hernach mengt man die Gelberüben darunter und läßt beides zusammen nochmals etwa 20 Min. dämpfen.

Goulasch mit Kartoffeln.

Das Fleisch wird in kleine Würfel geschnitten, ebenso die Kartoffeln. Dann wird ein Goulasch bereitet; man läßt dieses $\frac{1}{2}$ Std. dämpfen, gibt die Kartoffelstücke zu und läßt alles zusammen gar werden.