Mediterranes Gulasch mit Tagliatelle



Zeit gesamt
2h

Zubereitungszeit
45min

Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Schweinefleisch für Gulasch	600 g
Zwiebeln, gelb	2 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Stangensellerie	200 g
Olivenöl	3 EL
Salz	
Thymian, gerebelt	
Tomatenmark	2 EL
Rotwein, trocken	100 ml
Geflügelbrühe	750 ml
Cherrytomaten	400 g
Oliven, grün	50 g
Tagliatelle, frisch	400 g
Basilikum, frisch	10 g
Bio Zitronen	1 St.
Zucker	

Zubereitung

Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel, Sieb, feine Reibe, Küchenkrepp

1. Fleisch waschen und gründlich trocken tupfen. Zwiebeln und Knoblauch halbieren, schälen und fein würfeln. Stangensellerie waschen, Enden entfernen und in feine Scheiben schneiden.

2. In einem Topf 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und Fleisch darin ca. 5–7 Min. scharf anbraten, dabei mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Aus dem Topf nehmen. Dann im Bratensatz vorbereitetes Gemüse ca. 2–3 Min. glasig anbraten. Tomatenmark zugeben und ca. 1 Min. mitbraten.

3. Fleisch wieder zufügen, mit Wein ablöschen und 300 ml Brühe angießen. Gulasch zugedeckt ca. 75 Min. schmoren, dabei nach Bedarf mehr Brühe angießen und gelegentlich umrühren.

4. In einem weiteren Topf ca. 5 l Salzwasser zugedeckt aufkochen. Tomaten waschen und abtropfen lassen. Oliven abgießen und halbieren. Beides zum Gulasch geben und weitere ca. 10–15 Min. schmoren.

5. Nudeln im siedenden Salzwasser ca. 3 Min. bissfest garen. Basilikum waschen, trocken tupfen und Blätter von den Stielen zupfen. Zitrone waschen, halbieren, ca. 1 TL Schale fein abreiben.

6. Mediterranes Gulasch mit Salz, Pfeffer, Zitronenabrieb und Zucker abschmecken. Nudeln in ein Sieb abgießen, mit mediterranem Gulasch auf Tellern anrichten und mit Basilikum bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	750 kcal
Kohlenhydrate	95 g
Eiweiß	46 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	20 g