

# /// El Stefano

## Koch aus Leidenschaft

[www.el-stefano.de](http://www.el-stefano.de)

### Reisfleisch „Balkan Art“

#### Zutaten für 4 Personen

- 500 g Rindergulasch
- 250 g losen Langkornreis
- 400 ml Gemüsebrühe
- 1 große Dose geschälte Tomaten
- 3 Paprikaschoten
- 5 Knoblauchzehen
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 1 daumengroßes Stück Ingwer
- 1 Zitrone
- 5 Esslöffel Olivenöl
- 2 Esslöffel Tomatenmark
- 1 Esslöffel Paprikapulver Edelsüß
- 1 Esslöffel Currypulver
- 1 Esslöffel Butterschmalz
- 1 Bund Petersilie
- Salz, Pfeffer, Thymian, Majoran



## **Zubereitung (ca. 25 Minuten)**

Grobes Gulasch nach belieben zerteilen und mit dem Butterschmalz in einem großen Topf scharf anbraten. Das Fleisch salzen und pfeffern und das Paprikapulver mit den grob geschnittenen Zwiebeln hinzu geben und gut umrühren.

Paprika in große Würfel schneiden, Ingwer von der Haut befreien, fein hacken und mit geschälten ganzen Knoblauchzehen und dem Olivenöl 5 Minuten bei mittlerer Hitze mit dünsten.

Geben Sie anschließend den Reis hinzu und lassen ihn 3 Minuten mit anbraten. Immer gut durchrühren, da sonst der Reis am Boden anbrennt.

Geben Sie dann Tomaten, Tomatenmark, Brühe und je 1 Teelöffel Thymian, Majoran mit dem Saft der Zitrone in den Topf und lassen Sie den Reis bei niedriger Temperatur ca. 20 Minuten ausquellen. Heben Sie zum Schluss die gehackte Petersilie unter.

## **Tipps**

- Sie können den Ingwer weglassen, oder durch eine kleine Chilischote oder grüne Jalapeño ersetzen und natürlich auch gefrorene Petersilie verwenden. Geben Sie frisch gehackten Koriander über das Gericht.
- Ersetzen Sie das Rindfleisch durch Schwein oder Hühnchen, oder machen Sie daraus ein vegetarisches Gericht.
- Dazu passt Feldsalat mit Joghurt Sauce.
- Verwenden Sie nur Tomaten aus Glas oder Dose, da diese gereifter sind und mehr Aroma besitzen.



**el Stefano wünscht Guten Appetit!**