

## FRÄNKISCHE TAPAS



### Fränkisches Biergulasch

#### **Zutaten:**

500 Gramm mageres Rindfleisch  
Suppengemüse: Lauch, Karotten, Zwiebeln und Sellerie  
2 Esslöffel Mehl  
1 Esslöffel Tomatenmark  
100 ml Rinderfond (optional Bier oder Fleischbrühe)  
1/4 Liter Bier (Dunkles oder Helles, aber kein Pils)  
Salz, Pfeffer, Kümmel und Majoran

#### **Zubereitung:**

Das Rindfleisch in mundgerechte Stücke schneiden, mit Mehl bestäuben und in einer Pfanne von allen Seiten anbraten.

Mit dem Bratenfond bzw. der Fleischbrühe ablöschen. Alle Bratenreste in der Pfanne lösen und mit dem Rindfleisch aus der Pfanne nehmen.

Jetzt die klein geschnittenen Zwiebeln in der Pfanne anbraten und das Tomatenmark kurz darin mit anbraten, ebenso das andere Suppengemüse. Danach mit dem restlichen Bier ablöschen. Das Gemüse mit dem Gulasch in einem Topf geben und die Gewürze nach eigenem Geschmack dosieren. Eventuell Bier hinzugießen, bis das Fleisch leicht bedeckt ist. Ich verwende gerne dazu einen Tontopf.

Mit geschlossenem Deckel auf niedriger Flamme mindestens 1,5 Stunden leicht köcheln lassen, bis das Fleisch weich ist. Die Soße abseihen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu isst man Pellkartoffeln oder Brot. Auch Nudeln oder Kartoffelbrei und natürlich Klöße passen sehr gut dazu.