

Altwestfälisches Biergulasch mit Pumpernickel



- **Gang:** Abendessen, Mittagessen, Snack
- **Schwierigkeitsgrad:** Mittel
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 1m
- **Fertig in** 0m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '16', 'cook_time' : '1m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Altwestfälisches Biergulasch ist eine Spezialität aus der Region und wird mit Pumpernickel angerichtet. In der goldenen Jahreszeit freuen wir uns wieder über die **althergebrachten, herzhaften Klassiker** der guten Hausmannskost. Der Herbst lädt ein zum Kochen mit saisonalen, regionalen Produkten: Dazu gehören frische Pilze wie Pfifferlinge und Steinpilze, Maronen, wärmende Schmorgerichte, leckere Eintöpfe und Rouladen.

Die westfälische Küche ist so vielseitig wie in fast keinem anderen Bundesland. Auf der einen Seite hat man die rustikale, bodenständige Küche des Ruhrgebiets. Auf der anderen Seite legt man in den ländlichen Gegenden großen Wert auch regionale, frische Produkte. Die Rheinische Küche hat ihre ganz eigenen Spezialitäten und althergebrachten Gerichte, wie etwa Rheinischer Sauerbraten,

Rheinische Pepse oder „Himmel un Ääd“. Das Altwestfälische Biergulasch ist auch unter dem Namen „**Potthast**“ bekannt und war in Alter Zeit noch ein klassisches Gericht auf der Hochzeitstafel.

Zutaten

- 1 kg Rindergulasch aus der Schulter (in 3 cm großen Würfeln)
- 3 - 4 Zwiebeln
- 300 g Möhren
- 0,33 ml dunkles Bier
- 100 g (altbackenes, geriebenes) Pumpernickel
- ½ Tl gestoßene Piment Körner
- 3 El Pflanzenöl
- 1 Prise Zucker
- Rosenpaprika
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Zwiebeln grob würfeln und die Möhren schräg in Scheiben schneiden.

Schritt2

Das gewürzte Fleisch in heißem Pflanzenöl scharf anbraten, (ev. in 2 Durchgängen) zunächst heraus nehmen.

Schritt3

Die Zwiebeln ins Bratfett geben, kurz mit dem Zucker angehen lassen. Mit dem Bier aufgießen, Fleisch wieder dazu geben, ev. noch etwas Wasser um es zu bedecken. Deckel drauf und bei kleiner Hitze 1 ½ - 2 Stunden schmoren lassen. 15 min. vor Ende der Schmorzeit die Möhrenscheiben und das Pumpernickel dazu geben, das Fleisch prüfen und nachschmecken.

<h2>Altwestfälisches Biergulasch: Wo der Gulasch eigentlich herkommt</h2>

Eigentlich ist der Gulasch der Inbegriff der ungarischen Küche für uns. Dabei ist Gulasch strenggenommen in Tschechien nicht das, was wir hier darunter verstehen. Das ungarische Wort „**Gulyas**“, wovon unser Gulasch abstammt, meint eigentlich eine Suppe mit verschiedenen Einlagen. Das dickflüssige Gulasch wie wir es kennen als **Ragout- und Eintopf**, heißt in Ungarn eigentlich „Paprikas“, „Pörkölt“ oder „Tokany“. Der originale Ursprung ist also nicht der ungarische Gulasch.

Im klassischen Sinne ist ein **Gulasch-Gericht ein Schmorgericht**, weil man zuerst die Zwiebeln andünstet und danach das Fleisch mit angedünstet. Danach kommt der Fond dazu und das Ganze dünstet weiter vor sich hin. Hierbei ist die Wahl des Fleisches unterschiedlich. **Für viele gehört ins Original Rindfleisch**, dabei sind auch **Schweinefleisch und Kalb** sehr beliebte Fleischsorten. Eine Menge Gewürzpaprika sorgt für den charakteristischen Geschmack. Außerdem verwendet man **Kümmel, Majoran, Thymian** und etwas Knoblauch. Bei der klassischen Zubereitung von

Rindergulasch kommt auch immer ein wenig Zitronenschale dazu.

Der beliebte „Szegediner Gulasch,, auch Krautgulasch, wird mit Sauerkraut und Sauerrahm zubereitet. Dass der ursprünglich auch aus Ungarn kommt, soll ein Mythos sein, denn eigentlich soll er aus der Wiener Küche stammen.

Rezeptart: Deutsche Küche, Fleischgerichte, Rindfleisch, Westfälische Rezepte **Tags:** bodenständig, gulasch, herzhaft, regional, zünftig

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Kalorien (kcal)350
- KH (g)9
- Fett (g)24
- Eiweiß (g)25
- Ballast (g)3

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/altwestfaelisches-biergulasch-mit-pumpernickel/>