



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Rüeblioufflé mit Schnittlauchvinaigrette

☺☺☺

Rindsgulasch mit Spätzle

☺☺☺

Caramelbirnen

Zutaten:

Zubereitung:

Rindsgulasch mit Spätzle

500 g	Zwiebeln	kleingeschnitten
150 g	Schweineschmalz oder eingesottene Butter	
1 EL	Paprikapulver	edelsüss
	Salz, Kümel, Majoran	
2 Stk	Knoblauchzehen	zerdrückt
1.5 EL	Tomatenpüree	
1000 g	Rindfleisch	Schulter in Würfel geschnitten
1 EL	Mehl	zum bestäuben
	Essig	
1.25 dl	Wasser	
4 Stk	Petersilienzweige	
400 g	Spätzlemehl	selten erhältlich
	oder Weissmehl	
4 Stk	Eier	
3-5 dl	Wasser	
	Salz, Butter	
	Muskatnuss	

Im Bräter die kleingeschnittenen Zwiebeln im heissen Fett goldgelb braten, die Gewürze (Paprikapulver, Salz, Kümmel, Majoran), die Knoblauchzehen und das Tomatenpüree dazugeben und alles gut verrühren.

In einer separaten Bratpfanne die Fleischwürfel kurz anbraten, mit Mehl bestäuben, mit einem Schuss Essig ablöschen und mit dem Wasser aufgiessen. Das ganze zu den Zwiebeln geben (grössere Mengen in zwei Lagen anbraten).

Das Fleisch zugedeckt bei gleichmässiger Hitze ganz langsam schmoren, bis es weich ist und die Zwiebeln zu einer sämigen Sauce verkocht sind (ca. 1Std.). Abschliessend nach Geschmack nachwürzen und mit Spätzle servieren.

Mit einem Petersilienzweig garnieren.

Spätzle

Das Mehl mit den Eiern und Wasser zu einem zähflüssigen Teig verarbeiten und ca. ½ Stunde ruhen lassen.

In einem grossen Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Den Teig mit einem Spätzlegerät direkt hineinschaben. Die Spätzle 1 Minute kochen lassen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen und mit kaltem Wasser abschrecken. Kurz vor dem Servieren in warmer Butter schwenken und mit Salz und ein wenig frisch geriebener Muskatnuss würzen.