

Einfaches Putengulasch

600 g Putenfleisch

3 Zwiebeln

2 Möhren

$\frac{1}{4}$ Sellerieknolle

3 Esslöffel Tomatenmark

2 Esslöffel Öl zum Braten

600 ml Wasser oder Brühe

Salz, Pfeffer, scharfes oder edelsüßes Paprikapulver (nach Geschmack), ein wenig gemahlener Kümmel

Zubereitung (siehe Video):

- Putenfleisch waschen, trocken tupfen und in 3-4 cm große Würfel schneiden
- Gemüse waschen, schälen und in ca. 1cm große Würfel schneiden



- Zwiebeln schälen, halbieren, vierteln und in Ringe schneiden
- Öl in einer geeigneten Pfanne erhitzen, Fleisch scharf anbraten und würzen, dann aus der Pfanne nehmen und griffbereit stellen
- Gemüse inkl. Zwiebeln anschwitzen bis es Farbe nimmt, Tomatenmark dazu rühren und „anbräunen“ → dann mit wenig Wasser oder Brühe ablöschen, wieder anhaften lassen und das Ganze 1-2 mal wiederholen → anschließend mit dem restlichen Wasser bzw. der Brühe auffüllen

- jetzt das Fleisch zurück in die Pfanne geben, aufkochen lassen und mit einem Deckel bei mittlerer Hitze ca. 30 min. köcheln lassen
- wer die Soße etwas angedickt mag, reibt einfach eine rohe Kartoffel sehr fein und gibt das Ganze unter rühren in die kochende Soße oder nutzt Soßenbinder
- nun nur noch probieren und gegebenenfalls mit den Gewürzen abschmecken



Guten Appetit !