

Paprika-Gulasch

Paprika	Butter	Knoblauch
Kümmel	gehackte Petersilie	Zitrone-Abrieb
Orangen-Abrieb	Kräuter (Thymian)	

Trick zum Paprika-schälen:

Für das Paprika-Gulasch verwenden Sie am besten geschälte Paprika. Schälen ist sinnvoll, weil die Haut nicht viel Geschmack abgibt und zudem schwer verdaulich ist.

Es gibt zwei Varianten, die Haut der Paprika zu entfernen: Die Paprika vierteln und die Haut mit einem guten Sparschäler abziehen.

Oder die Paprika halbieren, mit der Schnittfläche nach unten auf ein Backblech legen, den oberen Bereich mit Öl einpinseln und für zehn Minuten ins Backrohr (Grillfunktion, 180 bis 200 Grad) legen. Sobald die Haut schwarze Blasen wirft lässt sie sich mit einem Messer abziehen. Sie ist zu diesem Zeitpunkt auch schon geschmort.

Zubereitung:

Die geschälten Paprika in einer Pfanne mit Butter schwenken und dünsten etwas dünsten.

Klein geschnittenen Knoblauch, den Abrieb einer Zitrone, einer Orange, eine gute Prise gemahlene Kümmel, etwas gehackte Petersilie und nach Belieben etwas Thymian hinzugeben und das Ganze noch ein bisschen ziehen lassen.

Als Beilage eignen sich Nudeln oder auch knusprige Kartoffeln mit Rosmarin.

Alexander Herrmann am 09. Dezember 2022