

Lebkuchengulasch

Zutaten für 8 Portionen:

- 1 kg Rindergulasch
- 4 Zwiebeln
- 3 Möhren
- 150 g Sellerie
- 2 EL Tomatenmark
- 800 ml Gemüsebrühe
- 100 ml Johannisbeersaft oder Traubensaft
- 1 EL dunkler Balsamico-Essig
- 100 g Lebkuchen
- 6 Backpflaumen
- 1 Lorbeerblatt
- Salz, mildes Paprikapulver oder Gulaschgewürz
- optional: 1 Becher saure Sahne



Arbeitszeit:	ca. 20 Minuten
Kochzeit/Backzeit:	ca. 120 Minuten
Gesamtzeit aktiv:	ca. 140 Minuten

So wird der Lebkuchengulasch zubereitet

1. Schäle die Zwiebeln, die Möhren und den Sellerie und schneide sie in kleine Stücke.
2. Nimm dir einen großen Topf und brate die Zwiebeln darin glasig in Öl an.
3. Gib das restliche Gemüse sowie die kleingeschnittenen Backpflaumen hinzu und dünste es mit, rühre das Tomatenmark unter.
4. Nun gibst du die Gemüsebrühe, den Saft, das Lorbeerblatt und den Essig dazu.
5. In einer heißen (!) separaten Pfanne brätst du in mehreren Portionen das Fleisch scharf an, bestreue es dabei leicht mit Gulaschgewürz oder alternativ mit Salz und Paprikapulver, Gib es dann mit dem Bratensaft in den großen Topf.
6. Teile den Lebkuchen in kleine Stücke und füge auch ihn zum Gulasch hinzu und rühre alles um.
7. Lass deinen Gulasch auf schwacher Hitze für 120 Minuten leicht köcheln, rühre dabei regelmäßig um. Probiere dann das Fleisch. Wenn es dir noch nicht zart genug ist, verlängerst du die Kochzeit.

8. Schmecke ihn schließlich mit Salz ab. Wer mag, kann auch noch eine Prise Zimt unterrühren.
9. Vor dem Verzehr kannst du noch Saure Sahne unterrühren. Der Gulasch schmeckt aber auch ohne ganz gut.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem [Shop](#).

