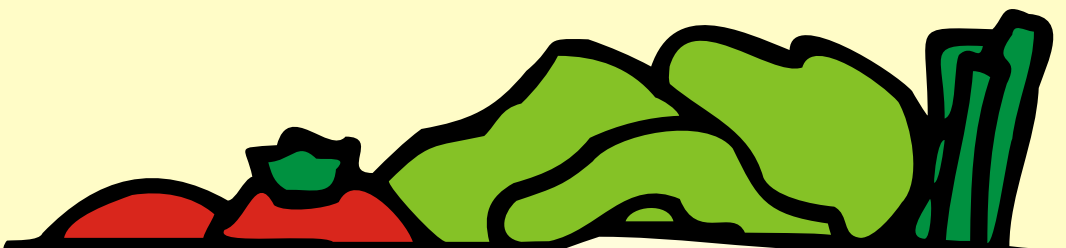


Koch's Hofladen in Kastel



Für alle, die es besonders frisch mögen:
Viele leckere Landprodukte aus der Region.

Aktionstüte
Januar und Februar 2018

Kartoffelgulasch

2,5 kg Kartoffeln
2 Stück Zwiebeln
5 Stück Karotten
½ Stück Sellerie
1 Bund Petersilie

€ 3,90

Unser Rezept für ein würziges
Kartoffelgulasch finden Sie auf der Rückseite.

Unsere Öffnungszeiten:
Mo.-Sa.: 8.00 - 13.00 Uhr
Freitag.: 14.00 - 18.30 Uhr



Boelckestraße 65, 55252 Mainz-Kastel, Tel.: 06134/63705

Koch's
Hofladen

Kartoffelgulasch

Für 4 Personen

Zutaten:

4 Stück	große Kartoffeln
5 Stück	Karotten
½ Stück	Sellerie
2 Stück	Zwiebeln
3 Zehen	Knoblauch
4 EL	Olivenöl
40 g	Schinkenspeck
3 EL	Tomatenmark
3 EL	Paprika, edelsüß
1 EL	Kümmel
1 Stück	Lorbeerblatt
2 EL	gekörnte Gemüsebrühe
1 Schuss	Balsamico-Essig
1 EL	Majoran
½ TL	Sambal Oelek
	Salz
2 Paar	geräucherte Würstchen



Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Kartoffeln, Sellerie und Karotten schälen und in grobe Würfel schneiden. Die Petersilie waschen und kleinschneiden.

Das Öl in einem großen Topf erhitzen, Schinkenspeck, Zwiebel und Knoblauch darin anbraten. Die Gemüsewürfel hinzufügen und kurz mit andünsten. Tomatenmark, Kümmel und Paprika dazugeben und durchrühren. Mit Essig ablöschen und so viel Wasser aufgießen, dass das Gemüse knapp bedeckt ist.

Einmal aufkochen lassen und mit Salz, Gemüsebrühpulver, Majoran, Lorbeer und Sambal-Oelek würzen. Geräucherte Wurst in Scheiben schneiden, zufügen und unter gelegentlichem Rühren zugedeckt ca. 30 Minuten kochen lassen.

Das Gulasch auf Tellern anrichten, mit kleingeschnittener Petersilie garnieren und zusammen mit frischem Brot servieren.

Guten Appetit wünscht Ihnen Familie Koch.