

Kürbis-Erdäpfel-Gulasch

Das Kürbis-Erdäpfel-Gulasch ist ein wunderbares Herbstgericht, das mit zartem Kürbis, Erdäpfeln und einer würzigen Sauce überzeugt. Das Rezept lässt sich einfach zubereiten.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 40 min

Gesamtzeit: 60 min



Zutaten

1 Stk.	Hokkaidokürbis (mittelgroßer)
0.5 kg	Erdäpfel (festkochend)
2 Stk.	Zwiebel
3 Stangen	Stangensellerie
2 Stk.	Knoblauchzehe
2 EL	Paprikapulver (edelsüß)
3 EL	Tomatenmark
2 TL	gemahlenen Kümmel
2 TL	Majoran
4 Stk.	Lorbeerblätter
800 ml	Gemüsebrühe
	Salz und Pfeffer
2 EL	Pflanzenöl
Nach Belieben	Sauerrahm
Nach Belieben	Kürbiskerne (fein gehackt)

Zubereitung

1. So gelingt das **Kürbis-Erdäpfel-Gulasch**, die Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Knoblauch ebenfalls schälen und fein hacken. Stangensellerie waschen und klein schneiden. Anschließend die [Erdäpfel](#) schälen und gemeinsam mit dem Kürbis in mundgerechte Würfel schneiden.

2. In einem großen Topf etwas Öl erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Danach Knoblauch und Sellerie hinzufügen und einige Minuten mitrösten. Die Zwiebeln dürfen dabei ruhig leicht hellbraun werden, denn dadurch entstehen besonders aromatische Röstaromen, die dem Kürbis-Erdäpfel-Gulasch eine kräftige Geschmacksbasis verleihen. Nun die Hitze reduzieren und Paprikapulver, Tomatenmark, Kümmel und Majoran einrühren. Die Gewürze nur kurz mitrösten, damit sie ihr Aroma entfalten und das Paprikapulver nicht verbrennt. Anschließend die vorbereiteten Erdäpfel- und Kürbiswürfel in den Topf geben und alles gründlich durchrühren, sodass sich die Gewürze gut verteilen. Die Gemüsebrühe zugießen und die Lorbeerblätter hinzufügen. Alles einmal aufkochen lassen, anschließend den Deckel auf den Topf setzen und das Gulasch bei mittlerer Hitze etwa 25 Minuten köcheln lassen.
3. Während dieser Zeit werden die Erdäpfel und der Kürbis weich und nehmen den würzigen Geschmack der Sauce auf. Je nach Größe der Gemüsestücke kann die Garzeit etwas variieren. Sobald das Gemüse weich ist, den Deckel abnehmen und das Kürbis-Erdäpfel-Gulasch weitere etwa 5 Minuten offen einkochen lassen. Dadurch wird die Sauce etwas sämiger und bekommt eine angenehm kräftige Konsistenz. Zum Schluss die Lorbeerblätter entfernen und das Gulasch mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp

Besonders gut schmeckt das Kürbis-Erdäpfel-Gulasch mit einem Klecks Sauerrahm und frisch gehackten Kürbiskernen. Dazu passen Mehlknockerln, Semmelknödel oder frisches Gebäck.