

Biergulasch (Pressure cook)



Zutaten für 2-3 Personen:

500 g Schweinegulasch
2 EL neutrales Öl
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 rote Spitzpaprika
2 mittelgroße Karotten
3 Knoblauchzehen
1 EL Tomatenmark
100 ml Gemüsebrühe
200 ml dunkles Bier
1 TL Paprika edelsüß
1/2 TL Paprika rosenscharf
1/3 TL Cayennepfeffer
1/4 TL Chiliflocken
3 Lorbeerblätter
5 Pimentkörner
1 geh. EL Speisestärke
frisch gehackte Petersilie

1. Spitzpaprika putzen und klein schneiden. Karotten schälen und schräg in Scheiben schneiden. Knoblauchzehen schälen und in feine Scheiben schneiden. Gewürze bereitstellen.

2. Auf *Sauté Hi* schalten und warten, bis die Temperatur erreicht ist und die Zeit läuft. Öl zufügen und das gewürfelte Schweinefleisch in zwei Tranchen braun anbraten. In Alufolie ruhen lassen.

3. Paprika und Karottenscheiben sowie Knoblauch und Tomatenmark unter Rühren anschwitzen. Mit Brühe und Bier ablöschen. Mit einem Holzwender

Röststoffe vom Boden lösen. Das Fleisch und die Gewürze zugeben und alles gut verrühren. Mit *Cancel* ausschalten.

4. Deckel und Ventil vorschriftsmäßig schließen. Auf *Pressure Cook Hi* schalten und die Zeit auf 45 min einstellen. Nach Zeitablauf mit *Cancel* ausschalten. 10-15 min warten, dann vorsichtig den verbliebenen Dampfdruck manuell ablassen. Deckel vorsichtig öffnen.

5. Auf *Sauté Hi* schalten, kalt angerührte Speisestärke unterrühren. Einige Minuten köcheln lassen bis die Sauce andickt. Mit *Cancel* ausschalten.

Hinweise:

Dazu passen zum Beispiel Spiralnudeln oder Pellkartoffeln.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 30 min, Gesamtzeit ca. 90 min, Hauptspeisen, Fleisch, Schwein, deutsch

Rezept und Foto: Walter
Stand 11.03.2024