



Gulasch mit Rotkohl-Knödeln

Zeit gesamt
45min

Zubereitungszeit
45min

Schwierigkeit
Schwierig



Zutaten

für 4 Portionen

Rotkohl	800 g
Karotten	2 St.
Pastinaken	2 St.
Champignons, braun	350 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Öl	10 EL
Hirschgulasch	800 g
Schlagsahne	100 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Äpfel, rot	1 St.
Eier	3 St.
Paniermehl	160 g
Weizenmehl, Type 405	5 EL
Petersilie, frisch	10 g

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, Teller, kleiner Topf, großer Topf mit Deckel, große Pfanne, Sieb, Küchenkrepp

1. Rotkohl in ein Sieb abgießen. Mit einem Topf beschweren und ca. 10 Min. abtropfen lassen. Karotten und Pastinaken schälen, Enden entfernen und grob würfeln. Pilze ggf. mit Küchenkrepp säubern und vierteln. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln.
2. In einem Topf 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Pastinaken und Karotten darin ca. 2 Min. anbraten. Pilze und Zwiebeln zugeben und weitere ca. 5 Min. mitbraten. Hirschgulasch zugeben und mit Sahne auffüllen. Gulasch auf niedriger bis mittlerer Stufe ca. 10 Min. erwärmen. Anschließend zugedeckt bis zum Servieren warm halten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Apfel waschen, vierteln, Strunk und Kerne entfernen und grob raspeln. Rotkohl nochmals kräftig mit den Händen ausdrücken. In einer Schüssel den trockenen Rotkohl, Apfel, 1 Ei, 60 g Paniermehl und 2 EL Mehl zu einer Masse verkneten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse mit etwas Druck ca. 3 cm große Knödel formen.
4. 3 EL Mehl und 100 g Paniermehl jeweils auf einen tiefen Teller verteilen. 2 Eier aufschlagen und in einen dritten Teller geben. Rotkohl-Knödel nacheinander in Mehl, Ei und dann Paniermehl wenden.
5. In einer Pfanne 8 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Rotkohl-Knödel rundherum ca. 5 Min. goldbraun ausbacken.
6. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Hirschgulasch auf Tellern verteilen. Rotkohl-Knödel daraufsetzen und mit Petersilie bestreut servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Diese Gericht eignet sich hervorragend zur Vorbereitung. Dafür die Rotkohl-Knödel nach dem Formen einfrieren. Zum Servieren dann einfach panieren und ca. 8 Min. goldbraun ausbacken. Das Gulasch ebenfalls vorbereiten und zum Servieren nochmals erwärmen. Für gleichmäßig braune Knödel verwende etwa 300 ml Öl und frittiere die Knödel im heißem Öl.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	855 kcal
Kohlenhydrate	96 g
Eiweiß	44 g
Ballaststoffe	15 g
Fette	35 g