

PAPRIKA ZWIEBEL RINDERGULASCH mit Spaghetti

Zubereitung für 10 Portionen

Gulasch:

Gulaschfleisch mit der Sauce und der Fleischbrühe feinst pürieren. Anschließend das GELEAhot ca. 20 Sekunden unterheben und die Masse eine Minute aufkochen. Für eine schönere Optik die Silikonform vor dem Befüllen mit etwas Paprikapulver ausstreuen.

Die heiße Masse mit einem Löffel in die Silikonform „Gulasch“, mit dem Deckel gleichmäßig in der Form verteilen und kühl stellen.

Spaghetti:

Spaghetti mit dem Öl und dem Wasser feinst pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend das GELEAhot ca. 20 Sekunden unterheben und die Masse eine Minute aufkochen. Die heiße Masse mit einem Löffel in die Silikonform „Spinat“ oder „Grüne Bohnen“ füllen, mit dem Deckel gleichmäßig in der Form verteilen und kühl stellen.

Regeneration/Anrichten:

Die abgekühlten Komponenten auf einen Teller drapieren und abgedeckt bei 80°C Dampf ca. 12-15 Minuten erhitzen. Zum Anrichten die Rinderroulade mit der Sauce angießen.

Küchentipps:

Je feiner das Püree, desto besser das Ergebnis!
Wir empfehlen den RobotCook von Robot Coupe und eine Pürier- Zeit von 5 Minuten.

Zutaten

Gulasch

Gulasch fertig zubereiten:

600 g	fertiges Gulaschfleisch (Rindfleisch mit Zwiebeln und Paprika), gegart
200ml	Fleischbrühe
400 ml	Sauce vom Gulasch
50 g	GELEAhot

Zutaten

Spaghetti

550 g	Spaghetti, weich gekocht (auch Vollkornnudeln möglich)
310 ml	Wasser
180 ml	Öl
40 g	GELEAhot

Nährwerte pro 100g

Brennwert/ Kalorien	601 kJ/ 144 kcal
Fett davon gesättigte Fettsäuren	10,2 g 1,92 g
Kohlenhydrate davon Zucker	8,4 g 0,5 g
Ballaststoffe	2,3 g
Eiweiß	4,7 g
Salz	0,3 g

