



### Rindsgulasch vom Tiroler Jahrling auf Vindaloo-Art

#### ZUTATEN

1 kg reifes, mageres Rindsgulasch vom Tiroler Jahrling in etwa 2 cm große Würfel geschnitten  
4 Zwiebeln  
6 Knoblauchzehen  
1 (ca. 3 cm) großes Stück Ingwer  
2 frische rote Chilischoten  
je 1 TL gemahlener Kardamom, Bockshornklee, Zimt, Koriander und Kurkuma  
1 TL schwarze Senfsamen  
2 TL Kreuzkümmel gemahlen  
4 El Weißweinessig  
2 TL brauner Zucker  
Butterschmalz  
frische Petersilie



*Dieses Rezept schmeckt auch sehr gut mit Lammfleisch!  
Dazu passt: Basmatireis und auch das indische Kürbiscurry (siehe Seite 36).*



#### ZUBEREITUNG

- Zwiebeln hacken
- Schwarze Senfsamen mörsern
- Chilischoten entkernen und fein hacken
- Ingwer schälen und reiben, Knoblauch zerdrücken
- 2 El Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen, Zwiebeln darin braun braten, kurz bevor die Zwiebeln fertig sind, Temperatur zurückschalten, die gehackten Chilischoten, geriebenen Ingwer, zerdrückten Knoblauch, Kurkuma und Koriander dazugeben und mitbraten
- Zwiebel-Gewürzmischung mit 6 El Wasser pürieren
- Mit den zerstoßenen Senfsamen, je 1 TL Kardamom, Bockshornklee und Zimt und 2 TL Kreuzkümmel mischen
- Weißweinessig, Zucker und etwas Salz zur Gewürzmischung geben, gut durchrühren, Mischung beiseite stellen
- Noch einmal 2 El Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen, Fleischwürfel portionsweise rundherum kräftig anbraten
- Zwiebelpaste zum Fleisch geben, mit 300 ml heißem Wasser aufgießen und zum köcheln bringen
- Fleisch bei schwacher Hitze ca. 45 Minuten garen, mit Salz abschmecken