



Mustig gulaschgryta

Ingredienser

3 kg	högrev eller benfri mörghänska
3 msk	smör till stekning
4 st	gula lökar
2 tsk	salt
2 msk	paprikapulver
1 st	citron, finrivet skal
2 tsk	torkad timjan
1 tsk	torkad mejram
4 st	finriven vitlök, klyftor
2 tsk	stött kummin, hel
1 tsk	cayennepeppar
3 msk	olivolja
2 l	vatten
4 st	mörk oxbuljong, tärningar

Tillbehör:

8 st	paprika, gul och röd
4 st	bröd
6 dl	matyoghurt

Tillagning

Den mustiga gulaschgrytan värmer gott och passar både till vardag och fest. Olivoljan förhöjer smakerna. Servera med nybakat bröd, en klick yoghurt och ett kraftigt rödvin. Laga en riktigt stor sats som räcker till många eller spara och frys in. Perfekt att ta fram när det är bråttom, bara att tina och värma. Gulaschen får en försiktig hetta av cayennepeppar. Du som gillar ordentligt stark mat dubblar mängden.

1. Putsa köttet och skär det rent från fett, senor och hinnor. Skär det i bitar, ca 2 x 2 cm. Fräs köttet i omgångar i smör i het panna. Lägg över det i en rymlig gryta efter hand. Vispa ur stekpannan med vatten och häll det över köttet.
2. Skala och grovhacka löken. Lägg den i grytan tillsammans med salt, paprikapulver, citronskal, timjan, mejram, vitlök, kummin, cayennepeppar, olivolja, vatten och smulade buljongtärningar. Rör om och koka upp.
3. Låt grytan sjuda på låg värme under lock 1 1/2–2 timmar tills köttet är riktigt mört. Låt grytan kallna. Frys ev in 3/4 i tre former till senare tillfälle.
4. Strimla röd och gul paprika som får sjuda med ca 2 min före servering. Servera med bröd och yoghurt.