

Provenzalischer Schmortopf mit Wasserbüffelgulasch

1. Arbeitsgang - Marinade

- 1 Fl. Rotwein
 - 2 EL Olivenöl
 - 2 Knoblauchzehen (angequetscht)
 - 2 Nelken
 - 1 Möhre, gewürfelt
 - 3 Zweige Rosmarin
 - 3 Zweige Thymian
 - ½ Bund Petersilie, gehackt
 - schw. Pfeffer, frisch gemahlen
-
- alles vermischen, **das Fleisch** dazutun und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen
- 750g Wasserbüffelgulasch, in mundgerechte Stücke schneiden – marinieren, s.o.

2. Arbeitsgang , am nächsten Tag

- Das Fleisch durch ein Sieb abseihen, Marinade auffangen
- 30g Butter im Schmortopf erhitzen
- Fleischwürfel in 4 EL Mehl wälzen und kross anbraten
- 150g Schinkenspeck, 2 Schalotten →würfeln und dazugeben
- Mit der Marinade und zusätzlich 250 ml Rotwein ablöschen
- 250g Möhren in Scheiben
- 1 Knoblauchzehe,angequetscht
- 1 Nelke
- 1 Lorbeerblatt
- Rosmarin
- Thymian
- Salz und Pfeffer
- 2 – 3 EL Tomatenmark
- 300g schw. Oliven ohne Stein

..... dazugeben und 3 Stunden köcheln lassen. Dazu Baguette reichen

Quelle: in Anlehnung an „Daube provencale“ v. Aurelie Bastian, „Französisch kochen mit Aurelie“