

Soße

Keto Tomato Ketchup	2022/05/09 13:48 Ralf Beckesch
Mayonnaise Ersatz ohne Ei	2022/04/20 11:13 Ralf Beckesch
Olive Garden Breadsticks + Dip	2021/08/10 17:54 Ralf Beckesch
Rindsgarnitur mit Zwiebelsoße	2021/05/20 06:41 Ralf Beckesch
— Ungarisches Rindergulasch (Pörkölt)	2026/03/31 15:09 Ralf Beckesch

Keto Tomato Ketchup

- [keto_tomato_ketchup.pdf](#)



- 6 oz Tomato paste (180gr)
- 1 cup Water
- 1/4 cup Besti Powdered Erythritol (or powdered monk fruit)
- 3 tbsp White vinegar (or apple cider vinegar for paleo) (Esslöffel)
- 1 tsp Sea salt (Teelöffel)
- 3/4 tsp Onion powder
- 1/2 tsp Garlic powder
- 1/4 tsp Paprika
- 1/8 tsp Ground cloves
- 1/8 tsp Mustard powder

1. Whisk all ingredients in a small saucepan, until smooth.
2. Simmer for about 30 minutes over low heat, with a cover, until the ketchup thickens (reduces) to your desired thickness. (Time will vary widely depending on the size of your pan.) Stir occasionally while simmering. Taste, and adjust salt and sweetener if needed.
3. For the best consistency, puree the ketchup in a high-power blender for at least 30 seconds, until smooth. (This step is optional, but recommended for texture.)

2021/05/14 13:30 · [0 Kommentare](#)
[sosse](#), [lowcarb](#), [keto](#)

Mayonnaise Ersatz ohne Ei



Einfach und schnell zubereitet. Dies ist ein großartiger Ersatz für Mayonnaise. Die Sauce passt gut zu Gemüse, Salaten, Fisch!

Zutaten:

- 100 ml (1/2 Tasse) Milch
- 200 ml (1 Tasse) Olivenöl
- 2 - 3 EL Zitronensaft
- 1 TL Salz
- Pfeffer
- 1 Knoblauchzehe
- Petersilie
- Schnittlauch

Zubereitung

1. Milch + Öl in Mixgefäß geben
2. Mit Stabmixer ~ 1 Minute lang schlagen
 - Den Mixer ausgeschaltet ins Gefäß tun, am Boden erst einschalten und im weiteren den Mixer auch nicht vom Gefäßboden anhaben -
3. In diese Emulsion nun den Zitronensaft, Gewürze und Kräuter geben und mit dem Stabmixer durchrühren.. Fertig!

2022/04/20 05:51 · [0 Kommentare](#)
[sosse](#), [vegetarisch](#), [bbq](#) und [grillen](#)

Olive Garden Breadsticks + Dip



Breadsticks

Das ist eine Nachahmung der Breadsticks vom Olive Garden in Winnipeg. Der Text auf dieser Seite, entspricht HElenes Ausdruck aus ihrem Kochbuch ¹⁾. Unter dem Link ist zum Teil ausführlicher formuliert. Gefunden haben wir es hier bei CookingClassy:

- <https://www.cookingclassy.com/olive-garden-breadsticks-copycat-recipe/>
 - [cookingclassy.com-breadsticks_recipe_olive_garden_copycat.pdf](https://www.cookingclassy.com/olive-garden-breadsticks-copycat-recipe/)

Sticks


- 1 cup + Tbsp warm water (110-115 degrees)
- 1 1/4 Tsp ctive dry yeast
- 2 Tbsp granulated sugar - divided
- 3 - 3 1/4 cups all-purpose flour
- 1 3/4 Tsp salt
- 3 Tbsü vegetable oil

Topping

- 2 Tbsp margarine or butter
- 1/2 Tsp salt
- 1/4 Tsp garlic powder

Directions



1. In the bowl of an electric stand mixer, whisk together warm water, yeast and 1/2 tsp granulated sugar until yeast has dissolved. Allow to rest 10 minutes. Add in remaining 1 Tbsp + 2 1/2 tsp granulated sugar, 1 1/2 cups flour, salt and vegetable oil, then fit mixer with paddle attachment and blend mixture until well combined. Switch mixer to dough hook attachment, add in remaining 1 1/2 cups flour and knead mixture on low speed, adding up to 1/4 cup additional flour as needed, and knead until dough is smooth and elastic (dough should pull away from sides of the bowl but still be slightly sticky). Transfer dough to a large buttered mixing bowl, cover with plastic wrap and allow to rest in a warm place free from draft until double, about 1 1/2 hours.
2. Punch dough down, divide into 12 equal portions (2 ounces each by weight), keep them covered with plastic wrap as you work. Roll each piece into a 9 inch rope on a lightly floured surface, then transfer to two silpat lined or buttered cookie sheets. Cover and let rise 1 hour. Preheat oven to 425 degrees during the last 10 minutes of rising.
3. Bake in preheated oven 11-13 minutes until golden (I actually broiled mine during the last minute for a perfectly golden crust). Meanwhile, in a small bowl whisk together 1/2 tsp salt and garlic powder. Remove breadsticks from oven and run a stick of margarine or butter over the hot breadsticks and immediately sprinkle with salt mixture. Server warm or allow to cool and store in an airtight container 

Dip

- 200gr Mayo
- 240 gr Schmand
- 1 Esslöffel Dill
- 1 CHinesische Zehe Knoblauch ²⁾
- 1 Esslöffel Petersilie
- 1/2 Teelöffel Salz

Alles verrühren, bon appetite!

2021/06/22 19:14 · [0 Kommentare](#)
[brot und broetchen](#), [beilage](#), [sosse](#), [vegetarisch](#)

Rindsgarnitur mit Zwiebelsoße



Rindsgarnitur

- Rindfleisch
- Suppengemüse
- Knoblauch
- Zwiebeln
- Pfefferkörner (kräftig)

Alles in einem Topf kochen, bis das Rindfleisch zart ist. Anm. Rindfleisch braucht echt lange bis es zart ist, also Stunden...

Zwiebelsoße

- 3 x große Zwiebeln
- etwas Zucker
- Mehlschwitze
- Obstessig

Zwiebeln anbraten (nicht zu braun!) und mit kräftig Zucker mischen.

Die gebratenen Zwiebeln mit Fleischbrühe (ca 1 Liter) (zb die von der Rindsgarnitur...) auffüllen

2021/05/12 08:59 · [0 Kommentare](#)

[hauptgericht](#), [fleisch](#), [sosse](#)

— Ungarisches Rindergulasch (Pörkölt)



BESTES REZEPT BIS JETZT: SizzleBrothers - Ungarisches Gulasch aus dem Dutch Oven | DAS Gulasch Rezept

- https://www.youtube.com/watch?v=WZDnmNvxGak&list=PLCVct0qd_idEdx1A7b45QYwyVT4rfH7Po&index=6
 - sizzlebrothers.de-ungarisches_gulasch_rezept.pdf
 - <https://sizzlebrothers.de/ungarisches-gulasch-rezept/>
 - [ungarisches_gulasch_rezept_3_geheimnisse_zum_perfekten_gulasch_.pdf](https://sizzlebrothers.de/ungarisches-gulasch-rezept_3_geheimnisse_zum_perfekten_gulasch_.pdf)

In *KURSIV* meine Anmerkungen vom 7. September 2024, wo wir das Rezept ausprobiert haben. Wie man unten leicht sehen kann, hatten wir ~2,7kg Rind, und haben dementsprechend die Zutaten immer knapp mal drei genommen (knapp auf jeden Fall den Kümmel, das Sternanis und reichlich oder sorglos bzgl Überdosis: Knoblauch, Tomate etc)

Zutaten

- 1 kg Rinderwade oder -schulter
 - *2,7 kg Schulter*
- 1 kg weiße Zwiebeln
 - *3kg Zwiebeln*
- 4 - 5 EL Paprikapulver edelsüß
 - *zwischen 100gr und 150gr Paprika Edelsüß, es wird was übrig bleiben*
- Salz
- 1 - 2 EL Tomatenmark
 - *6EL Tomatenmark*
- 1 Dose gehackte Tomaten
 - *3 Dosen Pizzatomaten*
- 500 ml Rotwein
 - *1l Roter Dornfelder halbtrocken*
- 500 - 600 ml Rinderbrühe
 - *1l Rinderbrühe, fertig aus de mGlas von Netto*
- 3 - 4 Sternanis
 - *10 Sternanis*

- 3 - 4 Lorbeerblätter
 - 12 - 15 Blatt Lorbeer
- 3 bunte Paprikas
 - 6 Bunte Paprika
- 3 - 4 Knoblauchzehen
 - 1 ½ Köpfe Knoblauch
- 1 Butter
 - 1 Päckchen Butter + ¼ von einem weiteren Päckchen
 - + 1 Päckchen Schweineschmalz (200gr) (Zu Beginn zum Zwiebeln Anbraten)
- 1 - 2 EL weißer Pfeffer
 - 3 EL Weißer Pfeffer (das war aber etwas zu viel, beim nächsten mal lieber einen Weniger und nachwürzen)
- 3 - 4 EL Kümmel
 - 12 EL Kümmel (hört sich krank an, schmeckt aber)
- 1 Zitrone (Bio)
 - 3 Bio Zitronen (Schale) davon von 1½ Biozitronen der Saft
- 1 Prise Majoran (getrocknet)

Zubereitung

1. Das Schulter oder Wadenfleisch vom Rind in ca. 4 x 4 cm große Würfel schneiden. Zu klein geschnittenes Fleisch wird nach dem Schmoren wie Ragout, daher lieber etwas größer schneiden.
 - *Ich hatte kleinere Würfel geschnitten, da wir wieder mal eingemacht haben und das besser in Einmachgläsern ist mit kleineren Fleischstücken)*
2. Die Zwiebeln grob hacken. In einem großen Topf wie einer Kokotte bei mittlerer Hitze ca. 5 - 10 Minuten lang braten, bis sie richtig braun sind und ein Großteil des Saftes verkocht ist. Dann das Fleisch dazu geben und alles mit ca. 1 EL Salz würzen.
 1. *Ich habe wesentlich länger als 10 Minuten gebraucht, aber ich war auch auf Herd und Backofen unterwegs*
3. Direkt danach ca. 3 bis 4 EL Paprikapulver edelsüß dazugeben und gut umrühren. Nun darf es nicht mehr braten, nur noch schmoren. Also ab jetzt schnell sein. 1 - 2 EL Tomatenmark unterrühren und 1 Dose gehackte Tomaten mit in den Topf geben.
4. Dazu 1/2 Liter Rotwein sowie 1/2 Liter Rinderbrühe. Alle Zutaten miteinander vermengen. Nun folgen zwei wichtige, oftmals vergessene Zutaten: 3 - 4 Sternanis sowie 3 - 4 Blätter getrockneter Lorbeer. Merk dir die genaue Anzahl, diese beiden Zutaten sind nur zum Würzen, nicht zum Mitessen!
 - *Sinnvoll sind diese großen Siebe mit Deckel und einer Kette, da packt man das Zeug rein und muss später nicht angelne gehen...)*
5. Das Gulasch bei mittlerer Hitze von ca. 150 °C mit offenem Topf und geschlossenem Grilldeckel für etwa 2 Stunden schmoren lassen. Dabei mehrmals umrühren und ggfs. noch etwas Brühe nachgießen.
 - **Großer Unterschied zum Backofen:** *Wir hatten das erst ca 2h bei 150° im Ofen, und haben dann auf 200° erhöht. Ein Gasgrill hält im Innenraum die 150°, da kommt denke ich von unten viel mehr Stoff. Also sind wir auf 200° hoch, damit wir nicht ewig warten müssen*
6. Die drei bunten Paprikaschoten klein schneiden und nach den ersten 2 Stunden mit in das Gulasch geben, danach muss es noch ca. 30 Minuten lang weiter köcheln. Das Gulasch ist fertig, wenn sich das Rindfleisch mit einer Gabel zerdrücken bzw. teilen lässt, ohne komplett zu fasern.

7. Währenddessen wird eine Gulasch Gewürzpaste hergestellt. Dafür etwa 3 EL Kümmel in einem Topf kurz anrösten, danach 1/2 Stück Butter im Topf schmelzen und braun werden lassen.
8. Den Kümmel in einem Mörser zerkleinern, 3 bis 4 Knoblauchzehen mit zerreiben und mit der geschmolzenen Butter, 1 EL Paprikapulver edelsüß, 1 EL weißen Pfeffer und einem kleinen Stück kalter Butter vermengen. Dazu kommt noch der Abrieb einer Biozitrone sowie der Saft einer halben Zitrone. Es entsteht eine dicke Gewürzpaste.
 - *Das mit Mörser ist eine ziemliche Viecherei gewesen, das nächste Mal werde ich wieder Kümmel Pulver nehmen, ich mag keine ganzen Kümmelkörner im essen...*
9. Erst wenn das Gulasch fertig ist, wird nach und nach die Gewürzpaste untergerührt und immer wieder probiert. Rühre auf keinen Fall direkt die komplette Paste ein. Geschmacklich solltest du dich langsam zum perfekten ungarischen Gulasch vortasten. Ganz zum Schluss kommt noch eine Prise Majoran mit ins Gulasch, noch einmal gut umrühren und dann genießen. Guten Appetit!

Ungarisches Rindergulasch (Pörkölt)



- Als Basis hat dieses Rezept für eine „Kräftige Ungarische Gulaschsuppe mit Kartoffeln“ aus dem Internet gedient:
 - → <https://die-frau-am-grill.de/kraeftige-ungarische-gulaschsuppe-mit-kartoffeln/>
 - [ungarische_gulaschsuppe_klassisches_einfaches_rezept.pdf](#)



4.52 von 31 Bewertungen

Ungarische Gulaschsuppe | Klassisches & einfaches Rezept

In diesem Rezept für die ungarische Gulaschsuppe mit Kartoffeln erfährst Du zusätzlich noch 4 Extra-Tipps damit es richtig lecker schmeckt.

Vorbereitungszeit

45 Min.

Zubereitungszeit

3 Stdn. 20 Min.

Gericht: Abendessen, Hauptgericht, Mittagessen

Land & Region: Ungarn

Keyword: kräftig, onepot, Partyessen, winteressen, würzig

Portionen: 10 Portionen Autor: Anja Würfl

Zutaten

- 2 kg Rindergulasch
- 600 g Zwiebeln
- 3 Paprika
- 8 Knoblauchzehen
- 3 EL Schweineschmalz (alt. Butterschmalz)
- 3 EL Tomatenmark
- 2 EL Paprikapulver (rosenscharf)
- 3 EL Paprikapulver (edelsüß)
- 2 EL Salz
- 1 EL Pfeffer
- 1 EL Kümmel (im Ganzen oder gemahlen)
- 1 EL Zucker
- 2 TL Thymian (frisch oder getrocknet)
- 5 Lorbeerblätter
- 500 ml Rotwein (trocken)
- 3 L Fleischbrühe
- 700 g Kartoffeln (festkochend)

Anleitungen

1. Das Fleisch in kleine Stücke schneiden und portionsweise im heißen Schweineschmalz anbraten.
2. Die klein gehackten Zwiebeln und den Knoblauch zugeben und ebenfalls anbraten.
3. Das Tomatenmark unterrühren und anrösten lassen.
4. Anschließend das Paprikapulver hinzugeben und dieses auch leicht anrösten.
5. Den gemahlene Kümmel und den Thymian zugeben, sowie Salz, Pfeffer und etwas Zucker und die Lorbeerblätter.
6. Mit Rotwein ablöschen und mit der Brühe aufgießen und in Würfel geschnittene Kartoffeln und Paprika unterrühren.
7. Die ungarische Gulaschsuppe mit geschlossenem Deckel drei Stunden köcheln lassen. Bei mittlerer Stufe. Beim Servieren noch Salz und Pfeffer mit auf den Tisch stellen. Vielleicht benötigt man noch die eine oder andere Prise...

Zutaten

- 3 kg Rindergulasch
- 2500 g Zwiebeln
- 4 Rote Paprika
- 10 Knoblauchzehen groß (die aus China)
 - (wenn nur normaler da ist einfach locker einen Kopf Knoblauch nehmen)
- 250gr Butterschmalz
- 1/2 Tube Tomatenmark
- 2EL Paprikapulver (rosenscharf)
- 5EL Paprikapulver (edelsüß)
- 3 EL Salz
- Pfeffer
 - (zum Anbraten und später zum Abschmecken)
- 1 EL Kümmel (im Ganzen oder gemahlen)
 - (Ich hatte 2 EL gemahlene bekommen, das war nahe grenzwertig. Kümmel besser nur 1EL und dann vorsichtig weiterdosieren)
- 2 EL Zucker
- 1 EL Thymian (frisch oder getrocknet)
- 10 Lorbeerblätter
- 750 ml Rotwein (trocken)
- 1 L Fleischbrühe
 - nach Konsistenz und Geschmack

Anleitung

1. Erstes Anbraten

1. Schmalz in den Topf und heiß machen
2. Gulaschfleisch kleiner schneiden
3. Zwiebeln kleinschneiden (z.B. 1/4 Ringe)
4. Knoblauch häckseln
5. zusammen anbraten

2. mit dem Rotwein ablöschen

1. und noch ein bisschen einkochen lassen, damit der Alkohol verfliegt

3. den restlichen Kram reinpacken

1. Tomatenmarkl
2. die ganzen Gewürze

4. Köcheln lassen

1. aber Achtung, nicht zu heiß, das kann anhängen und zu arge Röstaromen geben (aka anbrennen 😬)
2. ggf mit Wasser aufgießen, wenn es zu breiig ist, und nur anhängt, damit es noch ordentlich köcheln kann.
3. Das ganze kann man nun locker 2-3 Stunden köcheln lassen

Guten Hunger!

Gulasch zubereiten - so wird es zart, saftig und kräftig

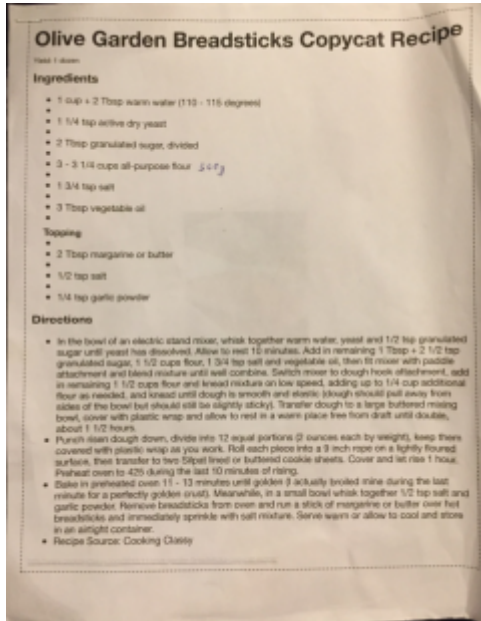
- https://www.springlane.de/magazin/rezeptideen/gulasch-zubereiten/gulasch_zubereiten_so_wird_es_zart_saftig_und_kraeftig.pdf

TODO Übertragen

2023/02/04 17:11 · 0 Kommentare

ungarisch, fleisch, hauptgericht, sosse, eintopf, internet

1)



2)

Knobi bei dem der ganze Kopf eine Zehe ist, etwas kleiner als ein Tischtennisball

From:

<https://recipes.beckesch.it/> - **Rezeptesammlung von Helene und Ralf Beckesch**

Permanent link:

<https://recipes.beckesch.it/sosse>

Last update: **2022/05/24 22:00**

