



Rundergoulash met knolselderij

met spaetzle en tomatensalade



ca. 35min



2 personen

Een traditionele Hongaarse goulash wordt urenlang in een ketel boven een houtvuur gekookt terwijl men geregeld water en vleesbouillon toevoegt. In onze versie gebruik je voorgedaard runderstoofvlees en zet je deze heerlijke maaltijd in een handomdraai om tafel. De spaetzle maak je erbij om heerlijk te combineren met de kruidige rundergoulash. De tomatensalade zorgt voor een frisse noot. Jó étvágyat!

Wat je van ons krijgt

- 1 kleine knolselderij ⁹
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1 blikje biologische tomatenpuree
- 1 zakje Griekse kruidenmix
- 1x runderstoofvlees
- 2 tomaten
- 10g verse bieslook
- 400g spätzle ^{1,3}

Wat je thuis nodig hebt

- 1½el boter ⁷
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- 2 middelgrote koekenpannen
- maatbeker
- dunschiller

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

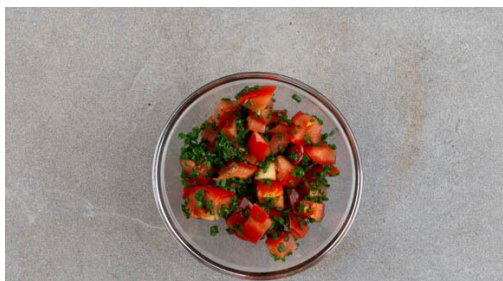
Voedingswaarde per portie

calorieën 817kcal, vet 36.5g, koolhydraten 84.1g, eiwit 32.1g



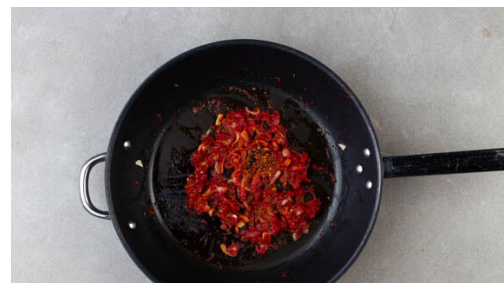
1. Knolselderij roosteren

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Schil de **knolselderij** en snijd in kleine blokjes. Tip: snijd de **knolselderij** eerst in vieren – dat maakt het schillen makkelijker. Hussel de **knolselderijblokjes** om met 2el olijfolie en een flinke snuf zout. Leg op een bakplaat met bakpapier en rooster 18-22 in de oven tot ze zacht en goudbruin zijn.



4. Salade maken

Snijd de **tomaten** in kleine blokjes. Snijd de **bieslook** in fijne rolletjes en meng in een kom met de **tomaat**, 1tl azijn en een snuf zout.



2. Saus bereiden

Pel en halveer de **ui** en snijd in fijne reepjes. Pel de **knoflook** en snijd in dunne schijfjes. Verhit een middelgrote koekenpan met 1el boter op medium tot hoog vuur en bak de **ui** en **knoflook** 1-2min. Voeg de **tomatenpuree** en de **kruidenmix** toe en roer goed door. Verhit 1-2min.



5. Spätzle bakken

Verhit een tweede middelgrote koekenpan met 1tl olijfolie op middelhoog vuur. Bak de **spätzle** in 4-5min goudbruin. Scheid tijdens het bakken de **spätzle** met een spatel zodat ze gelijkmatig bruin worden. Breng op smaak met ½el boter en een flinke snuf peper en zout



3. Rundergoulash koken

Voeg 250ml water en het **runderstoofvlees** toe aan de koekenpan en laat op laag vuur ca. 10min pruttelen.



6. Knolselderij toevoegen

Doe de **knolselderijblokjes** in de goulash en roer er kleine scheutjes water door tot je de gewenste consistentie hebt bereikt. Verdeel de **spätzle** over de borden, schep de **rundergoulash** en **tomatensalade** erop en serveer.