

Saures Paprika-Gemüse

Ewig habe ich nach der perfekten Gemüsebeilage zu einem deftigen Rindergulasch gesucht – bis ich vor Kurzem ins „[la soupe populaire](#)“ von Tim Raue einkehrte. Neben etwas Sauerrahm, frischer Petersilie und Serviettenknödeln wurden hier zum unfassbar aromatischen Gulasch bunte Paprikastreifen serviert. Leicht sauer und mit dezenter Schärfe waren sie die ideale Beilage. Davon inspiriert findet Ihr hier nun mein Rezept für das saure Paprikagemüse!

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 4 Personen als Beilage:

- 3 Gemüsepaprika (je eine rote, gelbe und grüne)
- Olivenöl
- Apfelessig
- Chiliöl
- Salz
- Zucker



Zubereitung der sauren Paprikastreifen:

Für den Geschmack dieser Gemüsebeilage ist es wichtig, dass man die Paprika schält. Dafür werden sie zuerst im Ofen geröstet, wodurch sie ganz nebenbei auch ein tolles Aroma entwickeln.

Den Grill im Backofen bei maximaler Temperatur aufheizen. Die drei Paprika waschen, halbieren und das Kerngehäuse sowie die Trennwände heraus schneiden. Mit der Schnittfläche nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und auf der 2. Schiene von oben in den vorgeheizten Ofen schieben.

Die Paprikahälften so lange im Ofen lassen, bis die Haut schwarze Blasen wirft. Das dauert zwischen 5 und 10 Minuten. Anschließend heraus nehmen, mit einem feuchten Küchentuch abdecken und 10 Minuten abkühlen lassen.

Nun kann die Haut der gerösteten Paprika ganz einfach mit Hilfe eines kleinen Messers abgezogen werden. Die geschälten Paprikahälften in ca. 0,5 cm breite Streifen schneiden.

In einer kleinen Pfanne einen Schuss Olivenöl erhitzen und die Paprikastreifen darin kurz anschwitzen. Sie sollen lediglich erwärmt werden, aber keinesfalls braten. Mit etwas Apfelessig, ein paar Tropfen Chiliöl, Salz und einer Prise Zucker würzen.

Das Paprikagemüse soll am Ende eine leichte Säure haben, das Chiliöl sorgt für eine angenehme, dezente Schärfe. Die säuerlich-scharfen Paprikastreifen sind kräftig genug im Geschmack, um sie mit einem deftigen Rindsgulasch zu servieren, machen das Gericht aber gleichzeitig auch etwas frischer und leichter.