

Zwiebelgulasch

von Ricarda Steffens (iamkongandsoispon@gmx.de)

1 kg Zwiebeln
7-10 Lorbeerblätter
3-4 EL Margarine
1-2 EL Speisestärke
Salz
Pfeffer
Balsamicoessig
Wasser

- Zwiebeln schälen, in Spalten schneiden und mit der Margarine scharf anbraten bis die Zwiebeln schon etwas braun geworden sind.
- Die Zwiebeln mit etwas Essig ablöschen und mit Wasser aufgießen, so dass die Zwiebeln gut bedeckt sind.
- Salz, Pfeffer und Lorbeerblätter hinzugeben.
- Das Ganze 1-2 Stunden köcheln lassen, bis die Zwiebeln sämig geworden sind.
- Mit Essig und ggf. Salz und Pfeffer abschmecken.
- Lorbeerblätter entfernen.
- Speisestärke in etwas kaltem Wasser auflösen und das Zwiebelgulasch damit binden.

Variante: Zusätzlich kann man vorher etwas Seitan (seitangrundrezept) in Gulaschform anbraten und am Ende wieder hinzugeben. Dies entspricht auch eher dem unvegane Originalrezept.

Paßt zu: Kartoffeln oder Nudeln.