

Rezepte > Fleischgerichte > Rezept : Tokány nach den 7 Stammesfürsten
Tokány nach den Sieben Stammesfürsten

Hét vezér tokány

Für 4 Portionen (oder 6 im Menü):

300 g Rindfleisch (Schulter, Bratenfleisch)

300 g Schweinefleisch

300 g Kalbfleisch

80 g Speck, schwach geräuchert

2 EL Schweineschmalz

120 g Zwiebeln

20 g Paprikapulver, edelsüß

Salz

160 g ungarische Paprikaschoten
(gelbgrüne Sorte)

80 g Fleischtomaten

10 g Mehl

Salz

1 EL Tomatenmark

200 ml saure Sahne

250 ml Wasser

1 Fleischbrühwürfel

Als Beilage Tarhonya nach unserem Rezept.

Zubereitung :

Dieses Tokány ist den sieben magyarischen Stammesfürsten gewidmet, die einst mit ihrem Volk in das Karpatenbecken einzogen und das „ungarische Volk“ gebildet haben.

Im Originalrezept von Károly Gundel werden 60 g Schweineschmalz verwendet. Wir Kochbären haben die Menge reduziert, die 80 g Speck in zündholzdünne Streifen geschnitten und diese in 2 EL Schweineschmalz langsam ausgelassen bis sie knusprig und gebräunt waren. Die so entstandenen Grieben wurden abgeseit, und in dem so gewonnenen Schmalz die fein gewürfelte Zwiebel goldbraun geröstet. Das Tomatenmark gehört nicht zum Originalrezept, aber da unsere Tomaten kaum Aroma haben, haben wir Kochbären nun 1 EL Tomatenmark mit den Zwiebeln angeröstet, den Topf von der Herdplatte ziehen und das Paprikapulver einrühren. Die drei Fleischsorten wurden in schmale Streifen geschnitten und nacheinander zu dem Tokány gegeben. Zuerst wurde das Rindfleisch unter Rühren zugegeben und etwas angebraten. Dabei darf die Hitze nicht zu hoch sein, sonst wird das Paprikapulver schwarz. Nun leicht salzen und mit Wasser aufgießen und den Fleischbrühwürfel zugeben. Wer eine echte Fleischbrühe hat – dem Tokány schadet es bestimmt nicht! Nun darf das Tokány 30 Minuten schmoren. Dann wird das Schweinefleisch zugegeben und nach weiteren 20 Minuten auch das Kalbfleisch und die in Stücke geschnittenen Paprikaschoten. Nach weiteren 10 Minuten wird das enthäutete, in Würfel geschnittene Fruchtfleisch der Tomaten zugegeben.

Etwas Mehl wird mit saurer Sahne verrührt und das Tokány damit gewürzt und gebunden. Zum Schluss wird ein Teil der Grieben unter gemengt. (Eigentlich alle, aber wir fanden die knusprigen Grieben besser, wenn sie nicht im Tokány eingeweicht wurden.)

Serviert wird das Tokány nach den Sieben Stammesfürsten mit Tarhonya.

©WWW.KOCHBAEREN.DE

