

## GOULASH

### Préparation :

Couper la viande [et le petit salé] en morceaux moyens,  
Émincer l'oignon et trier l'ail,  
Préparer un mélange des tomates avec le vin (q.s.p. la cuisson de la viande), l'assaisonner et le faire chauffer (micro ondes...).

### Confection du fonds :

Faire dorer la viande puis la réserver.  
Dans la même cocotte, faire revenir l'oignon, [ajouter le petit salé]. Saupoudrer de farine et bien homogénéiser. Verser une petite quantité de « jus » (tomates + vin) avant que ça ne colle...

### Assemblage :

Finir de verser le « jus », ajouter une cuillère à soupe de paprika, un peu de piment et l'ail et remettre ensuite la viande. Cuisson : environ 2 h 30 en cocotte, 45 mn sous pression.

### Se procurer :

Bœuf maigre (paleron...) en comptant environ 150 g. par personne,  
[Petit salé coupé en dés, si l'on veut,]  
Oignon (doux), Ail (quelques gousses),  
Tomates pelées ou bien fraîches, mais il faut alors les « préparer<sup>1</sup> »,  
Farine, Vin rouge, Paprika, Piment

---

<sup>1</sup> Dans le cas de tomates fraîches, il faut penser à les peler, épépiner, couper en petits dés. On peut les faire fondre préalablement ou bien les intégrer dans la confection du fonds et ajouter le vin ensuite.