

Aus Ungarn

Ein Rezept von Andrea S.

Mitarbeiterin in der Hauswirtschaft im AWO Pflegeheim am Leinbach, Leingarten

Ihr Kommentar zum Rezept: Dieses Gericht erinnert mich an das Heimatland meines Vaters! Lecsò ist ein Schmorgericht und in Ungarn eine Hauptmahlzeit. Man kann es auch mit Eiergrauen (Tarhonya) oder Reis zubereiten.



Letscho / Lecsò

Ungarisches Gericht für 4 Personen

Zutaten

1 kg Paprika rot, gelb und grün

500 g Tomaten

500g große Zwiebeln

500g gewürfelte frische oder gerauchte Schinkenwurst

Salz

wer gerne scharf mag Peperoni oder Chillischoten aber VORSICHT!

und 2 Zehen Knoblauch klein gehackt

40 g Fett

Zubereitung

Die Paprikaschoten waschen und in Streifen schneiden. Die Tomaten (geschält) in Würfel schneiden. Die Zwiebeln schneiden und in dem erhitzten Fett anschwitzen. Paprikaschoten und Tomaten dazugeben, salzen, Knoblauch und Peperoni hinzugeben und zugedeckt gar dünsten. Die gewürfelte Wurst hinzugeben und mit erwärmen. Kann man auch kalt essen.

Dazu frisches Weißbrot oder Kartoffel



Alle Rezepte aus den Einrichtungen der AWO Württemberg befinden sich unter:
www.awo-stellenangebote.de/kulinarische-schaetze.html