# Goulasch de Szeged au bœuf et au porc

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 2 h 35 min
Temps actif: 35 min
Facile



## Ingrédients

Pour 4 personnes

**400 g** ragoût de porc suisse
**400 g** ragoût de bœuf suisse
**2** oignons
**3 cs** huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL
**3 cc** paprika en poudre
**3 dl** bouillon
**3** feuilles de laurier
**500 g** choucroute
sel
poivre du moulin
sucre
**200 g** crème acidulée

## Valeurs nutritives

1 portion (sans les pommes de terre) contient env.:

**580** kcal
**49 g** de protéines
**7 g** de glucides
**37 g** de lipides

Sans gluten
Contient du lactose

**Conseil**

Ton boucher te conseillera volontiers sur les morceaux parfaits pour un goulasch particulièrement savoureux.

## Préparation

1. Sortir la viande du réfrigérateur env. 1 heure avant de la préparer.
2. Peler les oignons, les couper en deux puis en lamelles.
3. Dans une sauteuse, bien faire chauffer l'huile à feu vif. Ajouter la viande par portions et la saisir de tous côtés. Ramener la température à feu moyen, ajouter les oignons et les faire blondir.
4. Ajouter le paprika en poudre, mélanger et faire suer quelques instants. Ajouter le bouillon et les feuilles de laurier, fermer et laisser mijoter tout doucement.

5 Au bout d'1 heure environ, ajouter la choucroute puis assaisonner de sel, de poivre et de sucre. Poursuivre la cuisson durant 60 minutes, jusqu'à ce que la viande et la choucroute soient tendres.

6 Verser la crème acidulée, mélanger, faire chauffer brièvement et servir.

Accompagner de pommes de terre. Le mieux est de les cuire directement avec le goulasch.