REZEPT · HAUPTSPEISE · ÖSTERREICH

Wiener Saftgulasch

Das Wiener Saftgulasch lebt von viel Zwiebel, süßem Paprika und langer, sanfter Garzeit. Die Zwiebeln lösen sich auf und binden die Sauce von selbst. Am zweiten Tag schmeckt es meist noch besser.

Rezept-ID: **R-90004** Menge: **4 Portionen**

Von **obkirchergasse.at Redaktion**

Aktualisiert am 21. November 2026



Zutaten

800 g	Rindswadschinken, in ca. 40 g schwere Würfel geschnitten
800 g	Zwiebeln, in feine Streifen geschnitten
80 g	Schweineschmalz (oder Öl)
2 EL	edelsüßes Paprikapulver
1 EL	Tomatenmark
2	Knoblauchzehen, zerdrückt
1 TL	Majoran
0,5 TL	Kümmel, gemahlen
1 Prise	Zucker
1 TL	abgeriebene Zitronenschale
2 EL	Apfelessig
1 l	Wasser
1 TL	Salz

Zubereitung

1. Die Zwiebeln in einem großen Topf im Schmalz bei mittlerer Hitze unter häufigem Rühren 20 bis 25 Minuten langsam goldgelb rösten. Sie dürfen nicht dunkel werden, sonst schmeckt das Gulasch bitter.

2. Majoran, Kümmel, Zucker, Salz und Pfeffer kurz mitrösten. Den Topf vom Herd ziehen, das Paprikapulver einrühren und sofort mit dem Essig und 250 ml Wasser ablöschen, damit der Paprika nicht verbrennt.

3. Tomatenmark, Knoblauch und Zitronenschale einrühren und alles aufkochen lassen. Die Fleischwürfel ohne vorheriges Anbraten dazugeben und gut vermischen.

© Anton Barz

1 Prise	Pfeffer aus der Mühle

4. Bei kleiner Hitze zugedeckt 2,5 bis 3 Stunden weich dünsten. Dabei regelmäßig umrühren und bei Bedarf esslöffelweise Wasser nachgießen.

5. Wenn das Fleisch fast weich ist, mit dem restlichen Wasser auffüllen und weitere 20 Minuten leise köcheln lassen, bis die Sauce sämig ist. Mit Salz und Essig abschmecken.

6. Das Gulasch mit Kaisersemmeln, Salzerdäpfeln oder Semmelknödeln servieren.

Tipps

- Gulasch schmeckt aufgewärmt am nächsten Tag besser und hält gut gekühlt mehrere Tage. Es lässt sich auch gut einfrieren.
- Wer die Sauce dicker mag, rührt 1 TL Mehl mit etwas kaltem Wasser glatt und kocht es 5 Minuten mit. Das Saftgulasch wird traditionell nur mit den Zwiebeln gebunden.

Die Geschichte: Wiener Saftgulasch

Das Wort Gulasch geht auf das ungarische gulyás zurück, den Rinderhirten, die das Gericht im Kessel über offenem Feuer kochten. Zu Beginn des 19. Jahrhunderts kam das Gericht über die Gegend um Pressburg nach Wien und wurde dort zum Gollasch umgeformt. Das erste bekannte Rezept steht in einem Prager Kochbuch von 1819, Anna Dorn übernahm es 1827 in ein Wiener Kochbuch. Bis zur Mitte des 19. Jahrhunderts war Gulasch ein Standardgericht der Wiener Küche. Paprika erscheint in österreichischen Kochbüchern erst im 19. Jahrhundert, bei Zenker 1817 noch als Spanischer Pfeffer.

© Anton Barz

Passend zum Rezept

Gusseisen-Schmortopf
bei Amazon · Affiliate-Link

Paprikapulver edelsüß
bei Amazon · Affiliate-Link

Zwiebelhobel
bei Amazon · Affiliate-Link

Aus unserem Shop

„Heute kocht der Chef. Also ich."
Shirt, Schürze, Häferl · eigenes Design

„Das Fleisch redet nicht dazwischen"
Shirt, Schürze, Häferl · eigenes Design

„Oma sagt, i bin zu dünn"
Shirt, Schürze, Häferl · eigenes Design

Aktuelle Gutscheine

GUTSCHEIN · AMAZON PRIME
30 Tage gratis testen
Gratis-Versand, Prime Video und mehr

GUTSCHEIN · AMAZON MUSIC UNLIMITED
30 Tage gratis testen
Über 100 Mio. Songs ohne Werbung

GUTSCHEIN · TCHIBO
Kaffee bis –30 %
Aktion läuft bis 02.12.2026

Alle Gutscheine mit Code und Laufzeit: obkirchergasse.at/gutscheine · Affiliate-Links

Neu auf obkirchergasse.at

Black Week 2026: 9 Technik-Tipps von MediaMarkt für Döbling
Döbling aktuell

„Bruno" im Casino Zögernitz: ein Film, der fast nichts erfindet
Döbling aktuell

T-Shirt der Woche: Cookie Quality Control Department
Döbling aktuell

Döbling entdecken

Betriebe in Döbling
Firmenverzeichnis A–Z

Alle Rezepte
jeden Tag neue

Öffis in Döbling live
Abfahrten und Apotheken

© Anton Barz