

Rindfleischartopf mit Schalotten und Gemse

Suppen » Kürbis-Suppen

Zutaten (4 Personen)

- » 2 EL Öl
- » 450g Gulasch
- » 100g Schalotte(n)
- » 1 Zweig Thymian
- » 1 TL Paprika-Pulver (edelsüß)
- » 250ml Weißwein
- » 250ml Rinderfond
- » 800g Kartoffel(n)
- » 300g Möhre(n)
- » 350g Kürbisfleisch
- » 180g Porree
- » Salz & Pfeffer

Bewertung



Beschaffung

manchmal im Discounter



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

61-90min

Zubereitung

1. Das Öl in einem großen Topf erhitzen. Das Fleisch abbrausen, trockentupfen und im heißen Öl rundum kräftig anbraten. Die Schalotten abziehen, dazugeben und kurz mitbraten lassen.

2. Den Thymian abbrausen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Paprikapulver sowie Thymian zum Fleisch geben. Den Wein angießen und einmal aufkochen lassen. Dann den Rinderfond zufügen, zum Kochen bringen und alles ca. 30min bei mittlerer Hitze schmoren.

3. Die Kartoffeln schälen und waschen, die Möhren waschen und schälen. Das Gemüse längs in Viertel bzw. in Scheiben schneiden. Den Kürbis entkernen und schälen. Das Fruchtfleisch in mundgerechte Würfel teilen.

4. Kartoffeln, Möhren und Kürbis zum Fleisch geben. Den Eintopf zugedeckt ca. 30min weitergaren.

5. Porree abbrausen, putzen und schräg in Scheiben schneiden. In den Eintopf geben und weitere 10min garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Eintopf evtl. mit Thymian garniert servieren.

Nährwerte: 500kcal/E34g/F17g/KH42g pro Portion

angelegt am: 16.12.2003

Rezept-Nr: 769

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke