Pikante Ofen-Gulaschsuppe mit Ananas

Suppen » Eintöpfe

Zutaten (4 Personen)

» 1 gr. Zwiebel(n)
» 1/2 Ananas
» 3 Stangen Porree
» 1kg gem. Gulasch
» 1EL Tomatenmark
» 850ml Dosentomaten
» 100ml Ananassaft
» 500ml Instant-Gemüse-Brühe
» Salz & Pfeffer
» Paprika-Pulver (edelsüß)
» 2-3EL Weißwein-Essig
» 1 Bd. Petersilie
» Majoran

Bewertung

Beschaffung
in jedem Discounter

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
über 120min

Zubereitung

1. Zwiebel grob würfeln. Ananas in Scheiben schneiden, schälen, Strunk herausschneiden. Ananas in Stücke schneiden. Porree in Ringe schneiden. Fleisch evtl. etwas kleiner schneiden.

2. Fleisch, Zwiebeln, Porree, Tomatenmark und Ananas in einen Bräter geben. Tomaten mit Saft, Ananassaft und Brühe zufügen. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen, alles vermengen. Bräter in den vorgeheizten Ofen schieben und die Suppe bei 150°C 3 Stunden garen lassen.

3. Suppe mit Salz, Pfeffer und Essig pikant abschmecken. Petersilie fein hacken und darüber streuen. Nach Belieben mit Majoran garniert servieren.

Nährwerte: 580kcal/E55g/F27g/KH28g pro Portion

angelegt am: 01.05.2003 Rezept-Nr: 304

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