

# 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