

Ungarisches Paprika-Gulasch

Ausländische Küche » Ungarische Küche

Zutaten (4 Personen)

- » 300g Schweineschulter
- » 300g Rinderschulter
- » 1 Gemüsezwiebel
- » 1EL Öl
- » Salz & Pfeffer
- » 1EL Tomatenmark
- » 1EL Paprika-Pulver (scharf)
- » 1EL Mehl
- » 3 bunte Paprika
- » 1 Knoblauchzehe(n)
- » 2-3 Zweige Thymian
- » Zitronenschale
- » 1TL Kümmel

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

91-120min

Zubereitung

Vorbereitung:

- Fleisch würfeln
- Zwiebel schälen und würfeln
- Paprika putzen und würfeln
- Knoblauch schälen und hacken
- Thymian waschen und abzapfen

Fertigstellung:

- Fleisch anbraten
- Zwiebeln zugeben
- mit Salz und Pfeffer würzen
- Tomatenmark einrühren
- mit Paprikapulver und Mehl bestäuben
- anschwitzen
- mit 500ml Wasser ablöschen
- aufkochen
- zugedeckt 1 Stunde schmoren
- Paprikawürfel zum Gulasch geben
- weitere 30min köcheln lassen
- Knoblauch und Thymian 10min Schluß zugeben
- Zitronenschale und Kümmel zufügen
- dazu Kartoffelpüree oder Nudeln reichen

Nährwerte: 350kcal/E30g/F22g/KH9g pro Portion

angelegt am: 28.08.2002

Rezept-Nr: 59

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