

Vorgeschlagen von: am Mi 04 Mär 2009 00:14:13 CET

Beschreibung

Zutaten

500g mageres Schweinefleisch, 1 Zwiebel, Butter, Graubrot, Salz, Pfeffer, Kümmel, Paprika, Knoblauchpulver, 1/8 l Landbier

Zubereitung

Zwiebel in Butter andünsten und das Fleisch, in Würfel geschnitten dazugeben. Geriebenes Graubrot und die Gewürze dazugeben und mit Bier aufgießen. 20-30 Minuten schmoren lassen. Dazu schmecken Kartoffeln und grüner Salat.

Anmerkungen

Zubereitungsduer	5 Min	Schwierigkeit	ganz einfach
Portionen	eine Portion	Sonstige Menge	
Land/Region		Kosten	
Vegetarisch	0	Laktose frei	0
Diabetisch	0	Gluten frei	0
Kilo-Kalorien		Kilojoule	
Fettgehalt		Broteinheiten	
Eiweiß		Kohlehydrate	