

Böhmisches Gulasch

powered by:



Vorgeschlagen von: am Mi 04 Mär 2009 15:10:41 CET

Beschreibung

Zutaten

250 g Rinderfleisch, 250 g Schweinefleisch, 3 grob gehackte Zwiebeln, 2 EL Schweineschmalz, 6 Pfefferkörner, 1 Lorbeerblatt, 0,5 l Bier vom Pilsener Typ, 1/2 Tasse Semmelbrösel, 3 Tassen Sauerkraut, 1 EL Kümmelkörner

Zubereitung

Das Fleisch in große Würfel schneiden und zusammen mit den Zwiebeln in Schweineschmalz von allen Seiten scharf anbraten. Mit dem Bier löschen, Gewürze zugeben und mit den Semmelbröseln binden. Das Sauerkraut darüberlegen und das Ganze ca. 1-1,5 Stunden schmoren lassen.

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	