

Vorgeschlagen von: am Do 18 Nov 2010 18:05:01 CET

Beschreibung

Zutaten

500g Schweinegulasch, 2 EL Butterschmalz, 1/2 TL Senf (mittelscharf), 1 EL Tomatenmark, 1 Karotte, 1 große Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 200 ml Festbier, 600 ml Gemüsebrühe, 1 TL Salz, 1 TL schwarzer Pfeffer, 1 TL Paprikapulver edelsüß, 1 EL Creme fraiche, Soßenbinder

Zubereitung

In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen. Das Schweinegulasch scharf anbraten und mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen. Wenn das Fleisch eine schöne Farbe hat und das Wasser verdampft ist, die gehackten Zwiebeln, den fein gepressten Knoblauch und die geriebene Karotte dazu geben. Anschließend Senf und Tomatenmark darunter rühren und kurz weiter braten.

Dann mit dem Bier ablöschen und einkochen lassen. Mit der Gemüsebrühe auffüllen und mit geschlossenem Deckel rund eine Stunde köcheln lassen. Im Schnellkochtopf die Garzeit auf 35 Minuten verkürzen.

Etwas fünf Minuten vor Ende der Garzeit die Creme fraiche unter rühren und evtl. mit Soßenbinder andicken.

Als Beilage eignen sich Spätzle, Reis, Salzkartoffeln oder Kartoffelpüree. Ein frisches Bier macht das Mahl perfekt.

Anmerkungen

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