

# Rindsgulasch




## ZUTATEN

- 600 g Rindfleisch
- 600 g Zwiebeln
- 2 EL Öl
- 3 EL Tomatenmark
- (½ l Wasser, evtl. mehr)
- 3 EL Paprikapulver, edelsüß
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 EL geriebene Zitronenschale
- 2 EL Essig
- Mehl (evtl. zum Nachbinden)
- Salz
- Pfeffer
- Kümmel, gemahlen
- Majoran

## Zubereitung

1. Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden und Knoblauch schälen und hacken.
2. Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin goldbraun braten, das in Würfel geschnittene Fleisch dazugeben und weiterbraten bis es eine schöne Farbe hat, Tomatenmark kurz mitrösten. Paprikapulver darüberstäuben und mit ca. ½ Liter Wasser ablöschen, den Essig dazugeben.
3. Den Gulasch mit den Gewürzen abschmecken und ca. 2 Stunden weichschmoren. Flüssigkeit bei Bedarf auffüllen.
4. Den Saft, falls gewünscht, mit etwas Mehl nachdicken.

 **Tipp**  
Dazu passen perfekt Maggi Spätzle.

Maßeinheiten: Stk. = Stück Pkg. = Packung EL = Esslöffel TL = Teelöffel kg = Kilogramm dag = Dekagramm  
g = Gramm l = Liter cl = Zentiliter Prise = ca. eine Messerspitze 332 kcal = 1389kJ

 Schwierigkeitsgrad  Gesamtdauer in Minuten  Nährwert pro Portion  Anzahl der Portionen  Backofen und Temperatur  Pfanne und / oder Topf wird benötigt

Bei diesen Werten handelt es sich um ungefähre Angaben.