Maggi Fix für Gulasch

Zutaten

- 500 g Rindschulter, mager
- 500 g Trinkwasser
- 1 Beutel Maggi Fix für Gulasch
- 1 EL Sonnenblumenöl

Zubereitung

1. Beutelinhalt in einen Topf mit 500 ml Wasser einrühren. 1 EL Sonnenblumenöl dazugeben und aufkochen lassen.
2. Rindfleisch in Würfel schneiden. Das würfelig geschnittene Fleisch in den Topf dazugeben und und halb zugedeckt 1,5-2 Stunden dünsten. Gelegentlich umrühren. Als Beilage passt eine Semmel oder Spätzle.

92 Minuten

4 Portionen

Nährwerte

Kohlenhydrate	7,28 g
Energie	226,96 kcal
Fett	9,85 g
Eiweiß	26,61 g