



Herbstliches Rotkohlstew

Zeit gesamt
🕒 1h 40min

Zubereitungszeit
🕒 40min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|--------------------------|---------|
| Zwiebeln, rot | 1 St. |
| Rindergulasch | 750 g |
| Öl | 3 EL |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz | |
| Paprika, edelsüß | |
| Weizenmehl, Type 405 | 1 EL |
| Bier | 250 ml |
| Gemüsebrühe | 250 ml |
| Majoran, getrocknet | |
| Rotkohl | 0.5 St. |
| Karotten | 2 St. |
| Birnen | 1 St. |
| Kartoffeln, vorw. festk. | 800 g |
| Butter | 2 EL |
| Zucker | |

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel, Sieb

1. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. Fleisch waschen und trocken tupfen.
2. Öl in einem großen Topf erhitzen und Fleisch portionsweise ca. 3–4 Min. rundherum kräftig anbraten.
3. Fleisch mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver kräftig würzen. Zwiebeln zugeben und ca. 1–2 Min. weiterbraten. Mit Mehl bestäuben, umrühren und mit Bier und Brühe ablöschen. Majoran dazugeben, aufkochen und zugedeckt ca. 60 Min. schmoren.
4. Inzwischen den Rotkohl vierteln, Strunk entfernen und in schmale Streifen schneiden. Waschen und abtropfen lassen. Karotten waschen, Enden entfernen und in Würfel schneiden. Birne waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und ebenfalls würfeln. Kartoffeln waschen, schälen und längs vierteln.
5. Kartoffeln, Rotkohlstreifen, Karotten und Birnen unter das Stew heben und weitere ca. 20 Min. köcheln.
6. Rotkohlstew mit Salz, Pfeffer, wenig Zucker und 2 EL Butter kräftig abschmecken und servieren.

Guten Appetit!

Tipp:

Wenn du einen Schnellkochtopf hast, kannst du das Gericht auch darin zubereiten. Die Kochzeiten hierfür in etwa durch 3 teilen.

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 658 kcal |
| Kohlenhydrate | 67 g |
| Eiweiß | 21 g |
| Ballaststoffe | 10 g |
| Fette | 32 g |