



Klassische Gulaschsuppe

Zeit gesamt
🕒 1h 30min

Zubereitungszeit
🕒 20min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Rindergulasch	600 g
Gemüsezwiebeln	1 St.
Öl	3 EL
Paprika, edelsüß	
Tomatenmark	5 EL
Rotwein, trocken	200 ml
Rinderbrühe	1 L
Lorbeerblätter, getrocknet	1 St.
Paprika, rot	1 St.
Paprika, gelb	2 St.
Kartoffeln, vorw. festk.	500 g
Karotten	4 St.
Speisestärke	1 EL
Petersilie, frisch	20 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, Küchenkrepp

1. Rindergulasch waschen und trocken tupfen. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. In einem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen und Fleisch darin portionsweise ca. 5 Min. anbraten und aus dem Topf nehmen.
2. Zwiebel im Bratensatz ca. 2 Min. anbraten, Tomatenmark zugeben und nochmals ca. 1 Min. braten. Mit Rotwein ablöschen und kurz einkochen lassen. Rinderbrühe, Fleisch, Paprikapulver und Lorbeerblatt zugeben und ca. 60 Min. köcheln.
3. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und grob würfeln. Kartoffeln schälen, waschen und ebenfalls würfeln. Karotten schälen und würfeln. Zur Suppe geben und nochmals ca. 30 Min. köcheln.
4. In einer Schüssel Stärke mit 3 EL kaltem Wasser verrühren und in die Suppe einrühren. Leicht köcheln lassen, bis die Suppe die gewünschte Konsistenz hat.
5. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und hacken. Gulaschsuppe mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken und mit Petersilie bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	546 kcal
Kohlenhydrate	52 g
Eiweiß	21 g
Ballaststoffe	9 g
Fette	24 g