



# Klassisches Boeuf-Stroganoff-Rezept

Zeit gesamt  
30min

Zubereitungszeit  
30min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	2 St.
Champignons, weiß	400 g
Gewürzgurken	6 St.
Minutensteaks vom Rind	600 g
Öl	3 EL
Weizenmehl, Type 405	2 EL
Rinderbrühe	200 ml
Smetana - Saure Sahne nach russischer Art	400 g
Zitronen	1 St.
Petersilie, frisch	10 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Senf	1 TL

## Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel, Küchenkrepp

1. Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Champignons ggf. mit Küchenkrepp säubern und in Scheiben schneiden. Gewürzgurken abtropfen und würfeln. Minutensteak waschen, trocken tupfen, in Streifen schneiden und salzen.
2. In einem Topf 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und Rindfleisch ca. 2 Min. rundherum anbraten. Anschließend aus dem Topf nehmen.
3. Erneut 1 EL Öl in dem Topf erhitzen und Zwiebeln mit Champignons ca. 3 Min. anbraten. Mit Mehl bestäuben und ca. 1 Min. anrösten. Brühe und saure Sahne zugeben und aufkochen lassen.
4. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Sauce mit Senf, Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Gewürzgurken und Rindfleischstreifen zugeben. Boeuf Stroganoff auf Teller anrichten und mit etwas saurer Sahne und Petersilie garniert servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passen Nudeln, Reis oder Spätzle.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	585 kcal
Kohlenhydrate	30 g
Eiweiß	39 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	36 g