# GULASCH MIT KARTOFFELN / EINTOPF / RAMADAN REZEPT

Leckerer Eintopf mit Rinder-Gulasch! Dieses Gericht ist das perfekte Iftar-Rezept (Fastenbrechen) für Ramadan. Der leckere One Pot besteht aus Rinder Gulasch, Paprika, Kartoffeln und Karotten. Außerdem ist er ganz schnell vorbereitet und kann dann über mehrere Stunden bis zum Fastenbrechen köcheln. Nach Belieben kann auch noch weiteres Gemüse hinzugegeben werden.

| Zubereitungszeit | Back-/Kochzeit | Temperatur + Heizart |
|---|---|---|
| **30 Minuten** | **2 Stunden** | **160 °C O/U** |

PORTIONSRECHNER:

Portionen: 5

## ZUBEREITUNG

Schneide das Fleisch in 2x2 cm große Würfel. Nimm das Fleisch dafür aus dem Kühlschrank und lasse es auf Raumtemperatur kommen, damit es beim Anbraten nicht zäh wird. Schäle die Zwiebel und Knoblauchzehen und hacke sie fein.

Schneide die Karotten und Paprikaschoten in Würfel und die Kartoffeln in große Stücke. Ich habe sie geviertelt und dann halbiert.

Erhitze das Butterschmalz in einem großen Gusseisentopf bei hoher Hitze und brate das Fleisch rundherum in 2-3 Portionen darin scharf an. Nimm es aus dem Topf wieder heraus.

Gib die Zwiebel- und Knoblauchwürfel hinein und brate sie 4-5 Minuten mit geschlossenem Deckel bei mittelhoher Hitze an. Gib nun das Mehl, die Gewürze, das Tomaten- und Paprikamark hinzu und brate die Zutaten 1 Minute mit an. Gieße nun alles mit Wasser auf und lasse die Soße aufkochen. Gib nun das Fleisch, Gemüse und die Kartoffeln hinein und bedecke den Topf mit dem Deckel.

Stelle das Gericht in den Backofen, schalte ihn auf 160°C O/U und gare das Gulasch 2 Stunden.

ZUTATEN:

- [ ] **1 kg** Gulasch (Rind)
- [ ] **1** Zwiebel
- [ ] **4** Knoblauchzehen
- [ ] **1** Karotte
- [ ] **2** Spitzpaprika (rot)
- [ ] **2** Paprika (grün)
- [ ] **800 g** Kartoffeln (geschält)
- [ ] **2 EL** Butterschmalz
- [ ] **1 EL** Mehl
- [ ] **1 EL** Minze
- [ ] **1 EL** Bergbohnenkraut
- [ ] **1** Lorbeerblatt
- [ ] **3 EL** Tomatenmark
- [ ] **1 EL** Paprikamark
- [ ] **1 EL** Salz
- [ ] **1 EL** Pfeffer
- [ ] **750 g** Wasser