



Frühlings-Gulasch

Zutaten

- 4 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 400 g Rindergulasch
- 400 g Schweinegulasch
- 250 ml Wasser
- 250 ml trockener Weißwein
- 2 Beutel MAGGI Fix für Ungarisches Gulasch
- 300 g Möhren
- 160 g Frühlingszwiebeln
- 2 EL saure Sahne
- 4 Stängel Petersilie

Zubereitung

1. In einem Topf THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Gulasch darin von allen Seiten anbraten.
2. Wasser und Weißwein zugießen. MAGGI Fix für Ungarisches Gulasch einrühren und zum Kochen bringen. Bei geringer Wärmezufuhr ca. 1 Std. schmoren.
3. Möhren putzen, waschen, schälen und in Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen, in Ringe schneiden. Beides zum Gulasch geben und weitere 20 Min. schmoren lassen.
4. Petersilie waschen trocken schütteln und fein hacken. Sahne unter das Gulasch rühren. Mit Petersilie garniert servieren. Dazu Spätzle servieren.

Nährwert-Anzeige

| | |
|---------------|----------|
| Kohlenhydrate | 18 g |
| Energie | 470 kcal |
| Fett | 29 g |
| Protein | 27 g |

🕒 95 Minuten

⊕ 6 Portionen