



## Hirschragout mit Gemüse

### Zutaten

- 200 g Lauch
- 180 g Möhren
- 100 g rote Zwiebeln
- 50 g Staudensellerie
- 2 EL THOMY Reines Rapsöl
- 750 g Hirschgulasch
- 500 ml Wasser
- 100 ml Rotwein
- 1 Beutel MAGGI Fix für Gulasch
- 200 g Orange(n), unbehandelt
- 1 Slightly heaped teaspoon Thymian
- 1 Slightly heaped teaspoon Rosmarin

### Zubereitung

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen.
2. Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden. Möhren putzen, waschen, schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. Staudensellerie putzen, waschen und in Scheiben schneiden.
3. In einem Bräter THOMY Reines Rapsöl heiß werden lassen. Hirschgulasch ca. 10 Min. anbraten. Nach 8 Min. das Gemüse zugeben und mitbraten. Wasser und Rotwein zugießen. MAGGI Fix für Gulasch einrühren und zum Kochen bringen.
4. Orangen heiß waschen und die Hälfte der Schale mit einem Messer dünn abschälen. Thymian und Rosmarin waschen und mit der Orangenschale zum Hirschragout geben. Im Backofen zugedeckt ca. 1 Std. garen. Vor dem Servieren Kräuterzweige und Orangenschale entfernen. Dazu MAGGI Semmelknödel servieren.

### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	12 g
Energie	251 kcal
Fett	9 g
Protein	28 g

🕒 95 Minuten

⊕ 6 Portionen