

GULASCH IM BACKOFEN

10 MIN

ZUBEREITUNGSZEIT



190 MIN

GESAMTZEIT

Zutaten für 4 Portionen

- 1 kg Gulasch (gemischt)
- 400 ml Wasser
- 200 ml roter Traubensaft
- 4 Zwiebeln
- 1 rote Paprika
- 3 EL Tomatenmark
- 3 TL [Gemüsebrühpulver](#)
- 2 TL Paprikapulver
- 2 EL Weizenmehl
- Salz und Pfeffer



Zubereitung:

1. Berechne das Gulasch Fleisch vor, indem du es in mundgerechte Stücke schneidest. Leg es in Schmortopf (meiner hat einen Durchmesser von 24 cm).
2. Schäle die Zwiebeln und würfel sie. Wasche die Paprika und schneide sie klein. Gib beides zum Fleisch.
3. Gib den Traubensaft mit Wasser, Tomatenmark, Gemüsebrühpulver, Paprikapulver und Mehl in eine Schüssel. Püriere sie und gieße sie über das Fleisch. Verrühre alles vorsichtig.
4. Schließe den Deckel und gare den Gulasch im Backofen bei 220°C Ober-/Unterhitze für 2,5 Stunden. Schmecke ihn vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer ab.

Nährwerte pro Portion: 579 kcal | KH 24,6 g | E 52,9 g | F 30,4 g



Ein Rezept von Familienkost.de

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöbere in unserem Shop.

