

Bohnengulasch

Gesamtzeit: 120 min.

Portionen: 4



Zutaten:

1 rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
500 g Rinder-Gulasch
3 EL Pflanzenöl
Salz
Pfeffer
125 g Schinkenwürfel, Katenschinken
Paprika, edelsüß und scharf
2 EL Tomatenmark
100 ml trockener Rotwein
400 ml Rindfleischfond
2 Lorbeerblätter
500 g Kartoffeln
200 g grüne Bohnen
3 EL Natives Olivenöl Extra DOP
Petersilie oder Koriander

Anweisungen:

Zwiebel und die Knoblauchzehen abziehen hacken.
Gulasch in einer Pfanne mit dem Pflanzenöl rundherum anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
Den Knoblauch, die Zwiebel und die Schinkenwürfel dazugeben und anbraten.
Mit dem Paprikapulver und Tomatenmark würzen.
Den Rotwein und die Rinderbrühe angießen.
Lorbeerblätter hinzugeben.
Die Hitze reduzieren und das Gulasch 90 Minuten köcheln lassen.
Kartoffeln schälen, in mundgerechte Stücke würfeln und in Salzwasser sehr bissfest garen.
Anschließend abgießen und ausdampfen lassen.
Grünen Bohnen putzen, waschen und 15 Minuten vor Ende der Garzeit mit in das Gulasch geben.
Die Kartoffelstücke separat in Olivenöl bei mittlerer Hitze langsam anbraten.
Den Bohnengulasch zusammen mit den Kartoffeln anrichten und servieren.
Mit Petersilie oder Koriander garnieren.