

Rezept

Estofado

Ein Rezept von Estofado, am 01.06.2023

Zutaten

| | |
|------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| 400 g Rinderschulter | 2 Zwiebeln |
| 4 Knoblauchzehen | 2 EL Öl |
| 2 Lorbeerblätter | 200 ml Weißwein (ersatzweise Brühe) |
| 1/2 l Rinder- oder Gemüsebrühe (Instant) | 2 Möhren |
| 1 grüne Paprikaschote | 600 g vorwiegend fest kochende Kartoffeln |
| 2 EL Tomatenmark | Salz |
| Pfeffer | |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 365 kcal

Zubereitung

1. Das Fleisch würfeln. Zwiebeln und Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Öl in einem Schmortopf erhitzen und das Fleisch unter Rühren kräftig anbraten. Hitze reduzieren, Zwiebeln und Knoblauch 3 Min. mitbraten. Lorbeerblätter, Wein und Brühe zufügen. 45 Min. bei schwacher Hitze zugedeckt kochen lassen.
2. Inzwischen Möhren putzen, schälen und klein schneiden. Paprika waschen, putzen und in Streifen schneiden. Kartoffeln schälen und würfeln. Alles in den Topf geben und weitere 15 Min. kochen lassen. Vor dem Servieren Lorbeerblätter entfernen, Tomatenmark unterrühren, kräftig salzen und pfeffern. Den Eintopf mit Weißbrot servieren.