

Rezept

Gaicho-Topf »Puchero«

Ein Rezept von Gaicho-Topf »Puchero«, am 13.04.2024

Zutaten

| | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| 500 g Rindermarkknochen | 1-2 große Zwiebeln |
| 500 g Rindergulasch | 250 g fest kochende Kartoffeln |
| 250 g Möhren | 250 g Süßkartoffeln |
| 250 g Kürbis mit gelber Schale | 1/2 Bund Liebstöckel (»Maggikraut«) |
| 2 EL Öl | Salz |
| Pfeffer | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 195 kcal

Zubereitung

1. Die Knochen abwaschen. Die Zwiebeln schälen und vierteln. Das Fleisch trockentupfen und evtl. kleiner schneiden. Die Kartoffeln, Möhren und Süßkartoffeln schälen und in grobe Stücke schneiden. Den Kürbis zerteilen, entkernen und ungeschält ebenfalls in grobe Stücke schneiden. Den Liebstöckel waschen, trockenschütteln und fein hacken.
2. Das Öl in einem großen Topf (5 l Fassungsvermögen) erhitzen, die Knochen und die Zwiebeln darin bei starker Hitze von allen Seiten anbraten. Das Fleisch dazugeben und 3-4 Min. mitbraten. Kartoffeln, Möhren, Süßkartoffeln, Kürbis und Liebstöckel hinzufügen und so viel Wasser angießen, dass alles gut bedeckt ist. Einmal aufkochen, dann weitere 30-35 Min. leise kochen lassen.
3. Die Markknochen entfernen, den Eintopf salzen und pfeffern und servieren. Die Kürbisschale wird direkt beim Essen entfernt.