Rezept

Gurkenpfanne mit Rindfleisch

Ein Rezept von Gurkenpfanne mit Rindfleisch, am 16.06.2025

Zutaten

1	kleine Salatgurke (300 g)
200 g	Rinderschulter
50 g	Frischkäse (5 % Fett)
	1/2 Bund Dill
	Pfeffer
1	große Gemüsezwiebel (150 g)
1 EL	Olivenöl
50 ml	Gemüsebrühe
	Jodsalz
1 TL	Zitronensaft

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 370 kcal

Zubereitung

1. Die Gurke schälen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel abziehen und in dicke Spalten teilen. Das Fleisch in feine Streifen schneiden.

2. Das Öl erhitzen und das Fleisch darin anbraten. Herausnehmen. Die Zwiebelspalten im Bratfond anbraten. Die Gurkenscheiben einrühren und bei schwacher Hitze 3 Min. dünsten. Das Fleisch wieder unterrühren.

3. Den Frischkäse mit Gemüsebrühe verquirlen. Zum Fleisch gießen und kurz aufkochen lassen. Den Dill waschen, trockenschütteln und fein hacken. Unterrühren. Die Gurkenpfanne mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Mit Reis servieren.