

Rezept

# Möhren-Lamm-Gulasch

Ein Rezept von Möhren-Lamm-Gulasch, am 10.06.2026

## Zutaten

<b>1 kg</b> Möhren	<b>1 kg</b> Lammgulasch
<b>75 g</b> getrocknete Aprikosen	<b>2 EL</b> Öl
Salz	Pfeffer
1-2 TL Kreuzkümmel	<b>100 g</b> Sahne

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 8 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 405 kcal

## Zubereitung

1. Möhren waschen, schälen und grob raspeln. Fleisch kalt abspülen und trockentupfen. Aprikosen klein würfeln.

---

2. Öl in einem großen Topf erhitzen. Möhrenraspel darin kräftig anschmoren. Fleisch kurz mitbraten. Mit 2 TL Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen.

---

3. Gulasch zugedeckt bei mittlerer Hitze 40-60 Min. schmoren, dabei erst Wasser zugießen, wenn das Fleisch beginnt anzusetzen. Kurz vor Ende der Garzeit die Sahne unterrühren, das Gulasch mit Salz und Pfeffer abschmecken. In Portionen einfrieren.