

Rezept

Möhren-Lamm-Gulasch

Ein Rezept von Möhren-Lamm-Gulasch, am 15.10.2024

Zutaten

1 kg Möhren	1 kg Lammgulasch
75 g getrocknete Aprikosen	2 EL Öl
Salz	Pfeffer
1-2 TL Kreuzkümmel	100 g 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.