

Rezept

Rinds-Tomaten-Gulasch

Ein Rezept von Rinds-Tomaten-Gulasch, am 29.05.2023

Zutaten

700 g Rindfleisch (aus Schulter, Bug oder Wade)	3 große Zwiebeln
500 g Tomaten	Schale von 1/2 unbehandelten Zitrone
1/4 Bund frischer Thymian	3 EL Öl oder Butterschmalz
200 ml Fleischbrühe	Salz
Pfeffer	1 Prise Zucker
1 EL Tomatenmark	

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 265 kcal

Zubereitung

1. Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebeln schälen, in Streifen schneiden. Stielansätze der Tomaten entfernen, Tomaten kurz überbrühen, häuten und in Stücke schneiden. Die Zitronenschale fein hacken. Den Thymian waschen und die Blättchen abstreifen.
2. In einem Schmortopf das Fett erhitzen. Fleisch darin in drei Portionen jeweils kräftig anbraten und wieder herausnehmen. Zwiebeln, Zitronenschale und Thymian im Bratfett andünsten, Tomaten, Brühe und das Fleisch zugeben, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Tomatenmark würzen.
3. Das Gulasch zugedeckt bei schwacher Hitze 1 1/2 Std. schmoren, dabei gelegentlich umrühren. Das Gericht abschmecken und servieren.