

Vegetarisches Kartoffelgulasch

mit saurer Sahne und Majoran



30-40min



2 Personen

Gulasch, ein richtiger Klassiker aus Omas Küche! Wir lieben den unverkennbaren Geschmack, der von frischem Majoran und feinem Paprikapulver kommt. Und natürlich auch, dass es mit Kartoffeln, grüner und roter Paprika so richtig schön gemüsig ist. Ein Klecks saure Sahne obendrauf - herrlich!

Was du von uns bekommst

- 9
- 7

Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl ¹

Küchenutensilien

- Messbecher
- Kochtopf
- Sparschäler

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 545kcal, Fett 24.5g, Kohlenhydrate 62.6g, Eiweiß 11.7g



1. Gemüse schneiden

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** schälen und fein hacken. Die **Paprika** halbieren, entkernen und in ca. 2cm große Stücke schneiden.



2. Gulasch ansetzen

Die **Zwiebeln** in einem großen Topf mit 2EL Öl ca. 3-5Min. glasig anschwitzen, den **Knoblauch** die letzten 30Sek. mitbraten. Das **Gulaschgewürz**, ca. die **1/2 des Paprikapulvers** und 2EL Mehl dazugeben und alles ca. 1Min. anrösten. Mit 700ml Wasser ablöschen und den **Brühwürfel** hineinbröseln. Alles aufkochen und bei niedriger Hitze köcheln lassen.



3. Kartoffeln schneiden

Inzwischen die **Kartoffeln** schälen und in ca. 1cm große Würfel schneiden. **Tipp:** Wer mag, kann die **Kartoffeln** auch ungeschält verarbeiten.



4. Kartoffeln hinzufügen

Die **Kartoffeln** zur Flüssigkeit geben und das **Gulasch** 5Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen.



5. Paprika zugeben

Die **Paprikastücke** dazugeben und ca. 15-20Min. mitkochen, dabei immer wieder umrühren. Mit **restlichem Paprikapulver**, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.



6. Saure Sahne anrühren

Während das **Gulasch** köchelt, die **Majoranblätter** von den Stängeln zupfen. Die **1/2 der Majoranblätter** fein hacken, mit der **sauren Sahne** verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Kartoffelgulasch** mit dem **restlichen Majoran** garnieren und mit dem **Sauerrahmdip** servieren.