



## Texmex-Rindfleischeintopf

mit gemischten Bohnen und Paprika

20-30Min. 2 Personen

Heute in deiner Box: ein herzhafter Eintopf aus Rindergeschnetzeltem, der saftig eingekocht wird mit Tomaten, Mais, Bohnen und mexikanischem Mole-Gewürz. Guten Appetit!

## Was du von uns bekommst

- Zwiebel
- Mole-Gewürz<sup>11</sup>
- Karotten
- rote Paprika
- frische, glatte Petersilie
- Rinderbrühwürfel
- gehackte Tomaten
- Mais
- Bohnen-Mix
- Rindergeschnetzeltes

## Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf mit Deckel

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

### Allergene

Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 570.0kcal, Fett 16.1g, Eiweiß 44.4g, Kohlenhydrate 53.5g



### 1. Fleisch würzen

Das **Rindfleisch** mit der **1/2 der Gewürzmischung** und 1-2EL Pflanzenöl mischen.



### 2. Gemüse vorbereiten

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in feine Streifen schneiden. Die **Karotten** schälen, die Enden abschneiden und die **Karotten** ebenfalls in feine Streifen schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Halbringe schneiden.



### 3. Gemüse braten

Das **Fleisch** in einem mittelgroßen Topf bei starker Hitze ca. 2-3Min. scharf anbraten, dann die **Paprika**, die **Karotten** und die **Zwiebeln** hinzugeben und ca. 1-2Min. mitbraten.



### 4. Eintopf ansetzen

Die **Fleisch-Gemüse-Mischung** mit den **gehackten Tomaten** ablöschen und die Hitze auf mittlere Stufe reduzieren.



### 5. Eintopf köcheln lassen

Die **Bohnen** und den **Mais** mit der Flüssigkeit sowie den **Brühwürfel** hinzugeben. Den **Eintopf** abgedeckt ca. 20-25Min. sanft köcheln lassen. Nach Bedarf etwas kochendes Wasser nachgießen, falls zu viel Flüssigkeit verkökelt.



### 6. Petersilie hacken

Währenddessen die **Petersilie** samt **Stängeln** grob hacken. Den **Eintopf** nach Geschmack mit der **restlichen Gewürzmischung**, Salz und Pfeffer abschmecken und mit **Petersilie** bestreut servieren.