



Gulasch mit veganen Rinderschnitzeln

und Champignons, dazu knusprige Gnocchi



20-30min



3-4 Personen

Gulasch braucht Fleisch und Kartoffeln? Nö, wer hat das denn gesagt? Genauso gut geht es vegetarisch und mit etwas Abwechslung bei der Beilage. Unser heutiges Gulasch besteht mit saftigem Veggie-Rindergeschnetzeltem, Pilzen und herzhaften Gewürzen in einer leckeren tomatigen Sauce. Angerichtet wird mit einer Prise geriebenem Hartkäse, und zwar auf knusprig gebratenen Gnocchi. Abwechslung schmeckt eben einfach gut!

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 500g Champignons
- 2 Pck. veganes Rindergeschnetzeltes^{2,4}
- 2 Pck. Gulaschgewürz
- 2 Dosen gehackte Tomaten
- 2 Stückchen Hartkäse^{1,3}
- 1kg Gnocchi²
- 3 Knoblauchzehen

Was du zu Hause benötigst

- 8TL Butter³
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Balsamicoessig⁵

Küchenutensilien

- großer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Küchenreibe

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

Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3), Sojabohnen (4), Schwefeldioxid und Sulphite (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 779kcal, Fett 19.6g, Kohlenhydrate 105.5g, Eiweiß 46.7g



1. Zwiebeln braten

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und fein würfeln. In einem großen Topf mit 4TL Butter bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren in 4-6Min. glasig braten.



2. Pilze mitbraten

Die **Pilze** ggf. säubern und vierteln, dann zusammen mit dem **veganen Rindergeschnetzelten** zu den **Zwiebeln** in den Topf geben, mit 1TL Salz würzen und 4-6Min. mitbraten, bis die **Pilze** gebräunt sind.



3. Gulasch ansetzen

3 Knoblauchzehen schälen und fein reiben, dann zusammen mit der **Gewürzmischung** in den Topf geben und ca. 1Min. anrösten. Mit 5TL Balsamicoessig ablöschen, dann die **gehackten Tomaten** und 1 kräftige Prise Zucker zugeben.



4. Gulasch köcheln

Das **Gulasch** einmal aufkochen und anschließend abgedeckt bei niedriger Hitze ca. 5Min. köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den **Käse** fein reiben.



5. Gnocchi braten

4TL Butter in einer großen Pfanne bei mittlerer bis starker Hitze schmelzen lassen. Die **Gnocchi** mit 1 kräftigen Prise Salz zugeben und in 5-7Min. goldbraun und leicht knusprig braten. **Tipp:** Bei Platzmangel in der Pfanne eine zweite Pfanne verwenden oder die **Gnocchi** portionsweise braten. Das **Gulasch** auf den **Gnocchi** anrichten und mit dem **Käse** bestreut servieren.



6. Willkommen im Gulasch

Du möchtest das Gericht noch etwas aufpeppen und erweitern? Nichts leichter als das! Dafür eignen sich zum Beispiel zusätzliche Gemüsesorten wie Karotten oder frische Tomaten. Achte bei hartem Gemüse wie Karotten darauf, ggf. die Kochzeit ein wenig zu verlängern.