

Minutengulasch

für 2 Personen

Zutaten

250g Rinderfilet, 1 Zwiebel, 4 Esslöffel Öl, 2 Teelöffel Mehl, 2 Esslöffel Tomatenmark, 250ml Wasser, 2 Schuß Rot- oder Weißwein, 1 Teelöffel Salz, 1 Teelöffel Pfeffer, 1 Teelöffel edelsüßes Paprika

Zubereitung

1. Zwiebeln in Ringe schneiden oder würfeln
2. Rinderfilet in 2 cm große Würfel schneiden
3. Zwiebeln in großer tiefer Pfanne glasig braten
4. Fleischwürfel zugeben, 5 Minuten anbraten
5. Tomatenmark dazugeben und ebenfalls anbraten
6. Mehl über das Fleischstäuben, kurz bräunen
7. Wasser und Wein dazugeben
8. mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen
9. einmal aufkochen lassen
10. sofort servieren, oder 20-30 Minuten zugedeckt schmoren lassen

Zeitbedarf

20 Minuten

dazu paßt

Spätzle, grüner Salat

