

Zubereitung

Rindsstroganoff

**Nährwert pro Person:**

325 kcal
F 17 g
Kh 12 g
E 32 g

- einfache Zubereitung
- ca. 30Min
- 4 Personen

500 g Rindshuft
1 EL Olivenöl
1 TL Salz
wenig Pfeffer
2 Zwiebeln
500 g rote Peperoni
250 g Champignons
1.5 TL Paprika
1 EL Olivenöl
2 dl Fleischbouillon
1.5 TL Maizena
1 dl Halbrahm
100 g Essiggurken

Und so wirds gemacht:

1. Fleisch in ca. 1.5 cm grosse Würfel schneiden, im heißen Öl in einer Bratpfanne rundum ca. 2 Min. anbraten, herausnehmen, würzen. Zwiebeln fein hacken. Peperoni in Streifen, Champignons in Scheibchen schneiden.
2. Gemüse mit Paprika im warmen Öl ca. 5 Min. andämpfen. Bouillon dazugießen, aufkochen. Maizena mit Rahm anrühren, dazugießen, bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. köcheln.
3. Fleisch wieder begeben, nur noch heiß werden lassen. Essiggurken in feine Streifen schneiden, darauf verteilen.

Ergänzen mit:

200 g Reis.