

Gulasch-Paprika-Suppe mit Bier

Zeit gesamt

1h 10min



Zubereitungszeit 40min



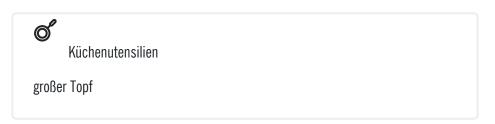


Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	2 St.
Schinkengulasch vom Schwein	600 g
Thymian, frisch	10 g
Sonnenblumenöl	2 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahl	en
Paprika, edelsüß	
Bier	250 ml
Tomaten, gehackt	800 g
Zucker	1 TL
Paprika, rot	3 St.

Zubereitung



- 1. Zwiebeln halbieren, schälen und fein würfeln. Fleisch waschen, trocken tupfen und ggf. von Sehnen befreien. Thymian waschen, trocken schütteln, Blättchen abstreifen und fein hacken.
- 2. In einem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen und Fleisch darin ca. 4–5 Min. scharf anbraten. Zwiebeln zufügen, mit Salz, Pfeffer, Thymian und Paprikapulver würzen und weitere 3 Min. braten. Mit Bier ablöschen, Tomaten mit Flüssigkeit zufügen und mit Zucker würzen. Zugedeckt ca. 45 Min. garen, dabei gelegentlich umrühren.
- 3. Inzwischen Paprikas waschen, vierteln, Strunk und Kerne entfernen und grob würfeln. Zur Suppe geben und weitere ca. 10–15 Min. garen. Gulaschsuppe würzig abschmecken und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passt Minifladenbrot.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	427 kcal
Kohlenhydrate	37 g
Eiweiß	33 g
Ballaststoffe	9 g
Fette	16 g