




# Gulaschsuppe mit Knödeln

 Zeit gesamt  
2h

 Zubereitungszeit  
50min

 Schwierigkeit  
Mittel



## Zutaten

für 4 Portionen

Suppengemüse	300 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Rinderfleisch für Gulasch	1 kg
Sonnenblumenöl	4 EL
Rotwein, trocken	200 ml
Geflügelbrühe	1.5 L
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Paprika, edelsüß	1 TL
Lorbeerblätter, getrocknet	1 St.
Paprika, gelb	1 St.
Mini Semmelknödel	800 g
Petersilie, frisch	10 g

## Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlerer Topf, großer Topf, Sieb

1. Suppengemüse waschen, ggf. schälen und grob würfeln. Zwiebel halbieren, schälen und hacken. Rindergulasch waschen und trocken tupfen.
2. In einem Topf 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitze, das Fleisch portionsweise ca. 4–5 Min. scharf anbraten und herausnehmen. Suppengemüse und Zwiebel im Bratfett ca. 3–4 Min. andünsten. Fleisch wieder zugeben, Rotwein und Brühe angießen, mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Lorbeer würzen und ca. 90 Min. zugedeckt garen. Dabei gelegentlich umrühren und wenn nötig mehr Brühe zufügen.
3. Inzwischen Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und grob würfeln. Zur Suppe geben und weitere ca. 30 Min. weich garen. In einem Topf ca. 2 l Salzwasser zum Kochen bringen. Knödel in das kochende Wasser geben und bei niedriger Stufe ca. 10 Min. erwärmen.
4. Petersilie waschen, trocken schütteln, grobe Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Gulaschsuppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Knödel aus dem Kochwasser nehmen und kurz abtropfen lassen. Suppe auf Tellern anrichten und mit Knödeln und Petersilie bestreut servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 930 kcal

---

Kohlenhydrate 82 g

---

Eiweiß 45 g

---

Ballaststoffe 9 g

---

Fette 42 g

---