

Kartoffel-Gulasch mit Weißkohl und Rindswurst

Zeit gesamt
45min



Zubereitungszeit 30min





Zutaten

für 4 Portionen	
Weißkohl	0.5 St.
Zwiebeln, gelb	2 St.
Knoblauchzehen	2 St.
Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
ÖI	2 EL
Majoran, getrocknet	1 TL
Paprika, edelsüß	3 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahle	en
Gemüsebrühe	800 ml
Cherrytomaten	150 g
saure Sahne	100 g
Rindswurst	4 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, großer Topf mit Deckel

- 1. Kohl vierteln, Strunk keilförmig herausschneiden, ggf. unschöne äußere Blätter entfernen und in Streifen schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Kartoffeln waschen, schälen und in grobe Würfel schneiden.
- 2. In einem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen und darin Kohl, Zwiebeln und Knoblauch ca. 3 Min. andünsten. Kartoffeln, Majoran und Paprikapulver zufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und weitere ca. 3 Min. andünsten. Brühe angießen, aufkochen und alles zugedeckt ca. 25 Min. weich garen.
- 3. Tomaten waschen und fein würfeln. In einer Schüssel Tomatenwürfel mit saurer Sahne verrühren und würzig abschmecken. Würstchen die letzten ca. 5 Min. im Gulasch mit erhitzen. Ggf. nachwürzen und mit je einem Klecks Tomatencreme anrichten.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	571 kcal
Kohlenhydrate	62 g
Eiweiß	19 g
Ballaststoffe	10 g
Fette	26 g