



Kartoffelgulasch mit Würstchen und saurer Sahne

Zeit gesamt
35min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Gemüsezwiebeln	1 St.
Karotten	2 St.
Kartoffeln, vorw. festk.	800 g
Buschbohnen	300 g
Öl	2 EL
Tomatenmark	3 EL
Zucker	
Gemüsebrühe	1 L
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Bratkartoffelgewürz	2 TL
Lorbeerblätter, getrocknet	1 St.
Wiener Würstchen	4 St.
saure Sahne	4 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf

1. Zwiebel halbieren, schälen und grob würfeln. Karotten schälen, Enden entfernen und in Scheiben schneiden. Kartoffeln schälen und würfeln. Bohnen waschen und Enden abknipsen.
2. In einem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen. Zwiebeln darin ca. 2 Min. anbraten. Karotten und Kartoffeln zugeben und nochmals ca. 2 Min. braten. Tomatenmark untermengen, mit Zucker würzen und ca. 2 Min. rösten. Mit Gemüsebrühe ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und Bratkartoffelgewürz würzen, Lorbeerblatt zugeben und ca. 20 Min. köcheln.
3. Nach ca. 10 Min. Bohnen zugeben und zusammen kochen.
4. Wiener Würstchen in Ringe schneiden und ca. 5 Min. zum Kartoffel-Gulasch geben. Lorbeerblatt entfernen und Kartoffel-Gulasch würzig abschmecken. Mit einem Klecks saurer Sahne auf Schälchen verteilt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	442 kcal
Kohlenhydrate	53 g
Eiweiß	13 g
Ballaststoffe	8 g
Fette	19 g