## Klassischer Bauerneintopf

Zeit gesamt 45min



Zubereitungszeit 20min

1 St.

500 g

300 g

1 St.

10 g

2 EL

400 g

200 g





## Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb Kartoffeln, vorw. festk. Karotten mit Grün Paprika, rot

Petersilie, frisch
Öl
Hackfleisch, gemischt

Salz

Schmand

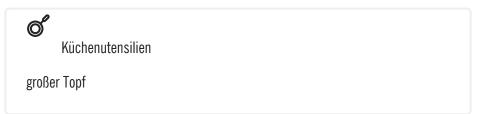
Pfeffer, schwarz gemahlen

Paprika, edelsüß

Majoran, getrocknet

Tomatenmark 2 EL
Tomaten, gehackt 400 g
Gemüsebrühe 300 ml

## Zubereitung



- 1. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. Kartoffeln und Karotten schälen, waschen und würfeln. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und ebenfalls würfeln. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und hacken.
- 2. In einem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen und Hackfleisch ca. 3 Min. anbraten. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und Majoran würzen. Zwiebeln, Karotten und Paprika zugeben und nochmals ca. 2 Min. braten. Tomatenmark einrühren, leicht anrösten lassen und mit gehackten Tomaten und Gemüsebrühe ablöschen. Kartoffeln zugeben und zugedeckt auf mittlerer Stufe ca. 25 Min. köcheln.
- 3. Schmand einrühren und Bauerneintopf abschmecken. Auf Tellern verteilen und klassischen Bauerneintopf mit Petersilie bestreut servieren.

**Guten Appetit!** 

Tipp: Dazu passt eine Scheibe Damper (schnelles Brot).

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	571 kcal
Kohlenhydrate	45 g
Eiweiß	25 g
Ballaststoffe	8 g
Fette	33 g