Klassischer Bauerneintopf

Zeit gesamt
45min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Kartoffeln, vorw. festk.	500 g
Karotten mit Grün	300 g
Paprika, rot	1 St.
Petersilie, frisch	10 g
Öl	2 EL
Hackfleisch, gemischt	400 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Paprika, edelsüß	
Majoran, getrocknet	
Tomatenmark	2 EL
Tomaten, gehackt	400 g
Gemüsebrühe	300 ml
Schmand	200 g

Zubereitung

Küchenutensilien

großer Topf

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