



Schnelle Gyrossuppe

Zeit gesamt
25min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Minutensteaks vom Schwein	600 g
Paprika, edelsüß	1 TL
Oregano, getrocknet	1 TL
Pfeffer, schwarz	
Salz	
Paprika, rot	2 St.
Paprika, gelb	1 St.
Zwiebeln, gelb	2 St.
Knoblauchzehen	2 St.
Öl	2 EL
Schlagsahne	200 ml
Gemüsebrühe	300 ml
Tomaten, gehackt	400 g
Petersilie, frisch	10 g

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Monsieur Cuisine

1. Schweineminutensteaks waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. In einer Schüssel Fleisch mit Paprikapulver, Oregano, Pfeffer und Salz vermengen. Paprika waschen, vierteln und Kerngehäuse entfernen. Zwiebeln halbieren und schälen. Knoblauch schälen.
2. In den Mixbehälter Zwiebeln und Knoblauch geben und 5 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Mithilfe des Spatels nach unten schieben. Paprika zugeben und 5 Sek./Stufe 5 zerkleinern. Mithilfe des Spatels nach unten schieben. Öl und mariniertes Fleisch zugeben und 7 Min./Anbratstufe braten.
3. Anschließend Sahne, Brühe und gehackte Tomaten zugeben und ohne Messbecher 10 Min./Stufe 2/90 °C/Linkslauf garen. Inzwischen Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Schnelle Gyrossuppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie bestreut servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passt [Fladenbrot Grundrezept](#).

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	430 kcal		
Kohlenhydrate	31 g	Ballaststoffe	7 g
Eiweiß	39 g	Fette	18 g