



Wintereintopf Rotwein-Beef-Stew

Zeit gesamt
3h

Zubereitungszeit
3h

Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Rindergulasch	1.5 kg
Öl	4 EL
Weizenmehl, Type 405	3 EL
Zwiebeln, gelb	2 St.
Knoblauchzehen	3 St.
Karotten	3 St.
Stangensellerie	2 St.
Champignons, weiß	200 g
Rotwein, trocken	500 ml
Rinderbrühe	500 ml
Tomatenmark	2 EL
Lorbeerblätter, getrocknet	2 St.
Thymian, frisch	5 g
Rosmarin, frisch	5 g
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Balsamicoessig, dunkel	1 EL
Honig	1 TL

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel

1. Fleischwürfel trocken tupfen. In einem großen Schmortopf 2 EL Öl erhitzen, Fleisch in Etappen rundum kräftig anbraten und herausnehmen.
2. Zwiebeln und Knoblauch schälen und halbieren. Karotten waschen, schälen und in Stücke schneiden. Sellerie waschen, schälen und in Stücke schneiden. Champignons halbieren.
3. Restliche 2 EL Öl in den Topf geben. Zwiebeln, Knoblauch, Karotten, Sellerie und Pilze 5 Min. anrösten, bis sie leicht Farbe haben.
4. Tomatenmark einrühren und kurz mitrösten. Mit Mehl bestäuben. und mit Rotwein ablöschen, Bodensatz mit einem Holzlöffel lösen. 2–3 Min. einkochen lassen.
5. Fleisch zurück in den Topf geben, Rinderfond zugießen, Lorbeer, Thymian und Rosmarin dazu. Aufkochen, dann Hitze reduzieren und 2 Std. sanft köcheln lassen, bis das Fleisch butterzart ist.
6. Zum Schluss mit Salz, Pfeffer Balsamico und Honig abschmecken und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	788 kcal
Kohlenhydrate	29 g
Eiweiß	32 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	49 g