

Rindergulasch Halloween

Zubereitet mit: Knorr

ca. 105 min | einfach

Zutaten

für 4 Portionen

- 1 Zwiebel
- 1 kleine Karotte
- 2 Knoblauchzehen
- 50 g Stangensellerie
- 150 g Champignons
- 350 g Hokkaido Kürbis
- 500 g Rindergulasch
- 2 EL Olivenöl
- 1 Dose stückige Tomaten (400 g)
- 1 1/2 schwach geh. TL KNORR Bouillon mit Rind 6,5L Glas
- 1 kg Kartoffeln
- 100 ml Milch 1,5% Fett
- 1 EL Margarine
- ca. 1/2 TL Pfefferkörner für die geisterhaften Augen der Kartoffelfreunde

Nährwerte

Energie (Kilojoule):	1931 kJ
Energie (Kilokalorien):	462 kcal
Fett:	17 g
davon gesättigte Fettsäuren:	4,8 g
Kohlenhydrate:	40 g
davon Zucker:	9 g
Ballaststoffe:	6,3 g
Eiweiß:	33 g
Salz:	1,4 g

Zubereitung

1. Zwiebel, Karotten und Knoblauch schälen und grob würfeln. Staudensellerie und Champignons putzen und in Stücke bzw. Scheiben schneiden. Vom Kürbis die Kerne entfernen und in Würfel schneiden.

2. Rindergulasch in einem Topf in 1 EL heißen Olivenöl rundherum anbraten und herausnehmen.

Restliches Olivenöl in den Topf geben, Gemüse bis auf den Kürbis zufügen und ca. 5 Minuten anbraten. Fleisch, stückige Tomaten und 300 ml Wasser zugeben und aufkochen lassen. Knorr Bouillon mit Rind unterrühren. Zugedeckt bei schwacher Hitze 1 ½ Stunden schmoren. Kürbisstücke nach 1 Stunde zugeben.

3. Kartoffeln schälen und in leicht gesalzenem Wasser 20 Minuten kochen. Kartoffeln abgießen und abdampfen lassen. Milch und Margarine zu den Kartoffeln geben und mit einem Kartoffelstamper fein zerstampfen.

4. Rindergulasch auf Teller verteilen. Für die Kartoffelfreunde Kartoffelpüree in einen Spritzbeutel füllen und in kreisförmiger Bewegung Kartoffeltupfen auf das Rindergulasch setzen. Für die Augen Pfefferkörner ins Püree drücken.

Tipps zu diesem Rezept

Für eine vegetarische Variante Rindergulasch durch grobes Soja-Geschnetzeltes ersetzen. Knorr Rinds Bouillon durch Knorr Gemüse Bouillon tauschen.

Zubereitungszeiten des Rezepts

Vorbereitungszeit: 15 min Kochzeit: 90 min

Nutzungsbedingungen

Copyright:

Die auf den Internetseiten der Unilever Gruppe enthaltenen Inhalte, wie insbesondere Texte, Bilder, Logos, Grafiken, Tonwerke, Animationen und Videos, sind urheberrechtlich geschützt. Die Unilever Gruppe gestattet das Sichten und Herunterladen sämtlicher Inhalte auf ihren Internetseiten ohne Einwilligung ausschließlich zu privatem, nichtkommerziellem Gebrauch. Eine etwaige Verlinkung ist nur mit Zustimmung der Unilever Gruppe erlaubt.

Inhalte und Downloads:

Die Unilever Gruppe hat bei der Erstellung der Websites größtmögliche Sorgfalt aufgewendet. Es besteht jedoch keine Gewährleistung für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität der Daten, Informationen und Downloads. Sofern Sie also Daten, Informationen und Downloads verwenden, erfolgt dieses unter der Einschränkung, dass Unilever nur für das Fehlen garantierter Eigenschaften, der schuldhaften Verletzung von Hauptpflichten, der vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verletzung sonstiger Pflichten sowie im Fall von schuldhaften Gesundheitsverletzungen haftet.

Markenrechte:

Die auf den Websites der Unilever Gruppe genannten Marken und Logos sind markenrechtlich geschützt. Dritten ist die Nutzung und Verwendung sämtlicher Marken und Logos untersagt. Sondernutzungsbedingungen für registrierte Kunden und Journalisten ausschließlich für die Nutzung der Inhalte der Rezept-, Medien- und Bilddatenbanken.

Die Unilever Gruppe gestattet:

Kunden die Nutzung der Datenbankinhalte zur Bewerbung der Unilever-Produkte durch den Handelspartner in Druckerzeugnissen (Zeitung, Zeitschriften, insbesondere Handelsanzeigen, Handelsprospekte, Handzettel usw.) sowie im Internet;
Journalisten die Nutzung der Datenbankinhalte für gedruckte Presseerzeugnisse (Zeitungen und Zeitschriften) sowie Presseerzeugnisse im Internet unter der Beachtung der folgenden Bestimmungen:
Die Datenbankinhalte dürfen grundsätzlich nicht verändert werden. Gestattet ist jedoch eine Vergrößerung oder Verkleinerung bzw. ausschnittsweise Verwendung.
Rezepte dürfen nicht ohne Hinweis auf die Unilever-Produkte und/oder Packshot verwendet werden. Zulässig ist es, die Produkt-Kategorie zusammen mit einer Marke der Unilever Gruppe in Klammern zu nennen. Bsp.: "Bourbon-Vanille (z.B. von Cremissimo)".
Bei der Vervielfältigung der auf den Unilever Websites bereit gestellten Inhalte (Fotos und Texte) in digitalen Medien wie z.B. Websites und Blogs muss der Verwender sicher stellen, dass die Inhalte nicht bei Suchmaschinen wie Google aufgenommen (indexiert) werden. Dies kann über technische Restriktionen wie dem Einfügen des s o genannten „noindex-Tags“ gewährleistet werden. Sofern bezüglich dieser Einschränkung Fragen bestehen, wenden Sie sich bitte über das Kontaktformular dieser Seite an uns

PR-Kontakt

Sie haben Fragen zum Rezept oder zur Marke?
Schreiben Sie uns an, gerne helfen wir Ihnen weiter.

Unilever Deutschland Holding GmbH
Kontakt aufnehmen