



Mexikanischer Eintopf

mit Rindfleisch und Bohnen



20-30Min.



3-4 Personen

Heute in deiner Box: ein herzhafter Eintopf aus Rindergeschnetzeltem, der saftig eingekocht wird mit Tomaten, Mais, Bohnen und mexikanischem Mole-Gewürz. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 10g frische Petersilie
- 1 Rinderbrühwürfel
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 2 rote Paprika
- 2 Dosen Bohnen-Mix
- 1 Dose Mais
- 10g Mole-Gewürzmischung ¹¹
- 1 Packung Rindergeschnetzeltes
- 1 Packung Karotten
- 2 Zwiebeln

Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- großer Kochtopf mit Deckel
- Messbecher

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 550.0kcal, Fett 18.2g, Eiweiß 37.8g, Kohlenhydrate 51.8g



1. Fleisch marinieren

Das **Rindfleisch** mit der **1/2 der Mole-Gewürzmischung** und 1-2EL Pflanzenöl mischen.



2. Gemüse vorbereiten

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in feine Streifen schneiden. Die **Karotten** schälen, die Enden abschneiden und die **Karotten** ebenfalls in feine Streifen schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Halbringe schneiden.



3. Fleisch braten

Das **Fleisch** in einem großen Topf ca. 2-3Min. scharf anbraten, dann die **Paprika**, die **Karotten** und die **Zwiebeln** hinzugeben und ca. 1-2Min. mitbraten.



4. Eintopf ansetzen

Die **Fleisch-Gemüse-Mischung** mit den **gehackten Tomaten** und 250ml Wasser ablöschen und die Hitze auf mittlere Stufe reduzieren.



5. Eintopf köcheln lassen

Die **Bohnen** und den **Mais** mit der Flüssigkeit sowie den **Rinderbrühwürfel** hinzugeben und den **Eintopf** abgedeckt ca. 20-25Min. sanft köcheln lassen.



6. Petersilie hacken

Währenddessen die **Petersilie samt Stängeln** grob hacken. Den **Eintopf** nach Geschmack mit der restlichen **Mole-Gewürzmischung**, Salz und Pfeffer abschmecken und mit **Petersilie** bestreut servieren.