

# MARLEY SPOON



## Paprika-Schweinegulasch

mit frischen Spätzle



20-30Min.



2 Personen

In seiner traditionellen Form werden Gulasch und Paprikás in größeren Mengen langsam über Stunden hinweg gegart. Aber so lange musst du bei uns nicht auf dein Abendessen warten. Hier hast du ruck, zuck das Schweinegeschnetzelte mit Paprika und Tomaten im Topf. Und während dein Gulasch vor sich hin köchelt, bereitest du die frischen Spätzle zu. Schnittlauch darüber - schon fertig!

## Was du von uns bekommst

- Schweinefilet
- passierte Tomaten
- 10g frischer Schnittlauch
- 1 Rinderbrühwürfel
- 1 rote Paprika
- 1 Packung frische Spätzle 1,3
- 1 Päckchen Gulaschgewürz
- 1 Zwiebel
- Schweinegeschnetzeltes
- passierte Tomaten

## Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- Messbecher
- mittelgroße Pfanne
- mittelgroßer Kochtopf

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

### Allergene

Gluten (1), Eier (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 697.0kcal, Fett 23.3g, Eiweiß 48.5g, Kohlenhydrate 68.5g



### 1. Gemüse vorbereiten

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 1cm große Würfel schneiden.



### 4. Gulasch kochen

Die **Paprika** hinzufügen und alles ca. 10-15Min. auf niedriger Hitze sanft köcheln lassen, bis das **Fleisch** gar ist und leicht zerfällt. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



### 2. Fleisch anbraten

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in einem großen Topf mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze ca. 3-4Min. scharf anbraten. Die **Zwiebeln** zugeben und 1-2Min. mitbraten.



### 5. Schnittlauch schneiden

Inzwischen den **Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden.



### 3. Gulasch ansetzen

Mit 100ml Wasser und der **1/2 der passierten Tomaten** ablöschen, dann das **Gulaschgewürz** und den **Brühwürfel** unterrühren. **Tipp:** Wer mag, kann auch die gesamte Menge **passierte Tomaten** verwenden.



### 6. Spätzle erwärmen

Ca. 5Min. vor Ende der Kochzeit des **Gulaschs** die **Spätzle** ohne Zugabe von Fett in einer mittelgroßen Pfanne ca. 2-3Min. bei mittlerer Hitze erwärmen. Die **Spätzle** mit dem **Gulasch** anrichten und mit **Schnittlauch** bestreut servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf [marleyspoon.de](http://marleyspoon.de) an.     **#marleyspooning**