FLEISCH

Gulasch

von Thomas SCHWIERIG

ZUBEREITUNG	KOCHEN	KALORIEN PRO PORTION	PORTIONEN
0 min	0 min	324 kcal	1

Zutaten

FÜR 1 PORTIONEN

200 g	Rindfleisch (Voressen)
200 g	Zwiebel
¾ St.	Knoblauchzehe
¼ TL	Kümmel
½ EL	Paprikapulver
½ St.	Lorbeerblätter
½ EL	Tomatenmark
¼ l	Bouillon
½ EL	Creme Fraiche

Anleitung