



# Kindergulasch

fuer 4 Personen

## Zutaten

- 1 Oregano
- 1 Pfeffer
- 1 Salz
- 1 Ei Mehl
- 1 Ei Tomatenmark
- 1 Stueck/e Orangenschale, abgerieben
- 100 g Speck, durchwachsen
- 2 Ei Oel
- 2 Stueck/e Moehren
- 2 Stueck/e Zwiebeln, weiss
- 400 ml Bruehe, Rinder-
- 400 ml Schweinefleisch, mager
- 700 g Rindfleisch

Speck, Zwiebeln und MÄ¶hren klein schneiden, da Mehl mit etwas Pfeffer auf einem Teller mischen, die FleischstÄ¼cke darin wenden, sodass alles gleichmÄ¶Ä¶ig mit Mehl bedeckt ist.

1 Ei Ä–l erhitzen, die MÄ¶hren und Zwiebeln wenige Minuten darin anbraten. Restliches Ä–l in einem Topf erhitzen und das Fleisch rundum schÄ¶n braun anbraten. GemÄ¶se, Speck, Tomatenmark, Oregano und die Orangenschale zum Fleisch geben, die RinderbrÄ¼he hinzufÄ¼gen und alles 2 Stunden auf niedriger Stufe kochen bis das Fleisch schÄ¶n weich ist. Nach etwa einer Stunde die Orangenschale herausnehmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.