

Goulash



Bereidingstijd: 240 min **Personen:** 4 **Categorie:** Rundvlees **Gerecht type:** Stoofschotel

Per portie: 522 Kcal. 56 gr eiwit 18 gr vet 27 gr koolhydraten

Ingrediënten

- 2 uien, in halve ringen
- 2 teentjes knoflook, geperst
- 2 tl paprikapoeder
- 3 tl gemalen komijnzaad
- 800 gr rundersukadelappen, in stukken
- 400 gr passata
- 500 ml runderbouillon
- 8 el balsamicoazijn
- 2 winterwortels, in plakjes
- 500 gr champignons, in plakjes
- 3 paprika, in reepjes
- olijfolie
- zout en peper
- rijst of aardappelpuree, om te serveren

Bereiding

1. Verhit de olijfolie in een hapjespan en fruit de ui en knoflook erin. Voeg het paprikapoeder en het komijnzaad toe en bak ca. 1 minuut mee. Voeg het vlees, de passata, de bouillon en de azijn toe en breng het mengsel zachtjes aan de kook.
2. Voeg na ca. 2,5 uur de wortel, de champignons en de paprika toe en gaar ze nog 1 uur mee. Breng op smaak met zout en peper. Serveer de goulash met rijst of aardappelpuree.