

Gulaschsuppe



kleinkindtauglich

Einfaches Rezept für eine klassische Gulaschsuppe mit Kartoffel, Möhren und Paprika

Ich zeige dir, wie du relativ einfach eine deftige Gulaschsuppe selber kochen kannst, die sich prima für die Familie mit Kind eignet. Bei unseren 3 Kindern ist sie sehr beliebt, wenn auch je nach Stimmung mal die eine Möhre oder das andere Fleischstückchen aussortiert werden.

Die Gulaschsuppe kannst du wunderbar vorbereiten und auch schon einen Tag im Voraus kochen, denn gut durchgezogen schmeckt sie sowieso am besten. Auch zum Einfrieren eignet sie sich gut.

Zutaten für 6 Portionen:

- 500 g gemischter Gulasch
- 2 Möhren
- 1 Zwiebel
- 2 Paprikaschoten
- 3-4 Kartoffeln
- 800 ml Gemüsebrühe (ich verwende dafür meine [Gemüsepaste](#))
- 1 EL Speisestärke
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Tomatenmark
- 1 EL Zucker
- Salz, mildes Paprikapulver
- Eventuell Gulaschgewürz

Arbeitszeit:

ca. 20 Minuten

Kochzeit/Backzeit:

ca. 80 Minuten

Gesamtzeit aktiv:

ca. 100 Minuten



So wird die Gulaschsuppe gekocht

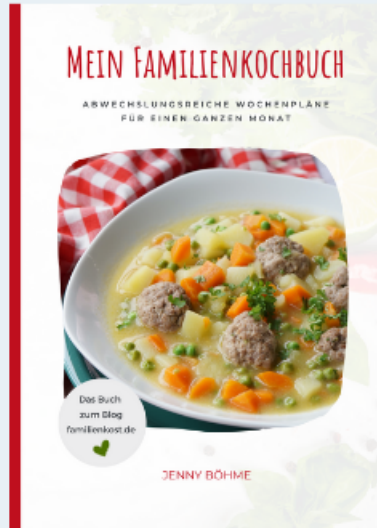
1. Schäle zuerst die Zwiebel und schneide sie in Würfel.
2. Bereite das Fleisch vor, indem du es in mundgerechte Stücke schneidest. Meinen Kindern sind die Fleischstücke vom Fleischer meist zu groß, weshalb ich sie nochmal teile.
3. Nimm dir einen großen Topf und eine Pfanne und gib in beide etwas Öl.
4. Brate die Zwiebeln im Topf glasig an und gib dann den gewürfelten Knoblauch hinzu. Das Fleisch brätst du portionsweise scharf in der heißen Pfanne an, würzt es dabei mit Salz und Gulaschwürze und gibst es dann in den Topf zu den Zwiebeln.
5. Gib das Tomatenmark mit in den Topf und röste es unter Rühren mit an.
6. Lösche das Fleisch dann mit der Gemüsebrühe ab und gib den Zucker hinzu. Füge ein Lorbeerblatt hinzu und lass deine Gulaschsuppe bei geschlossenem Deckel für etwa eine Stunde leicht köcheln.
7. Schäle in der Zwischenzeit die Möhren und die Kartoffeln, wasche und entkerne die Paprikaschoten und schneide alles in mundgerechte Würfel.
8. Gib das Gemüse und die Kartoffelwürfel mit zur Gulaschsuppe und koche sie für weitere 20 Minuten.
9. Schmecke deine Gulaschsuppe zum Schluss kräftig mit Salz und Paprikapulver ab.
10. Verrühre die Speisestärke mit etwas Wasser und rühre sie als Bindung in die Gulaschsuppe.

Ich reiche zur Gulaschsuppe immer ofenfrisches Baguette, geschnittene Petersilie und etwas Saure Sahne. Lasst es euch schmecken!

Unsere Empfehlung für Dich:

MAMA, WAS GIBT'S ZU ESSEN?

- ♥ Abwechslungsreiche Wochenpläne für einen ganzen Monat
- ♥ 40 einfache Familienrezepte
- ♥ ideale Familienkost für kleine und große Kinder
- ♥ moderne Hausmannskost
- ♥ viele vegetarische Ideen, aber auch Rezepte mit Fleisch, Fisch und zum Backen
- ♥ schnell und einfach zubereitet



» ZUM SHOP

erhältlich unter

<https://www.familienkost.de/shop>