

Rezeptvorschlag  
Städtischer Kindergarten und Hort „Herrenhaus“ Fischl  
Fischlstraße 32, 9020 Klagenfurt a. Ws.



### Bohnen-Rindfleischartopf

#### **Zutaten:**

- 500 g Rindsgulaschfleisch
- 4 Stk Zwiebeln
- 3 Stk Knoblauch
- 750 g Kartoffeln
- 1 ½ l klare Gemüsebrühe
- 3 EL Rapsöl
- Salz, Pfeffer
- 750 g grüne Bohnen (Strankerln)
- 2 B Sauerrahm
- 1 EL Bohnenkraut
- 2 Stk Zitronen (Schale und Saft)



#### **Zubereitung:**

Das Fleisch in kleine Stücke schneiden und in Öl rundherum ca. 5 Min. *(je nach Größe der Fleischstücke auch länger)* anbraten.

Salzen, pfeffern, aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Die klein geschnittenen Zwiebeln und den Knoblauch in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze dünsten. Die Kartoffeln in ½ cm dicke Scheiben schneiden und mitdünsten.

Mit heißer Gemüsebrühe aufgießen, aufkochen und zugedeckt weiter kochen.

Grüne Bohnen und Bohnenkraut dazugeben und mitkochen.

Inzwischen Sauerrahm mit einem TL fein abgeriebener Zitronenschale und 2 TL Zitronensaft verrühren.

Das Fleisch zum Eintopf geben, untermischen und noch kurz mitkochen.

Eintopf mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Vor dem Servieren den verfeinerten Sauerrahm unterrühren und mit den restlichen Bohnenkrautblättern bestreuen.