

# Rindfleisch-Eintopf mit Bier

358

**Typ:** Fleisch

**Quelle:** Brigitte, 2003, 3, 176

**Bemerkungen:**

**Zutaten:** 4 Portionen

350 g Perlzwiebeln oder kleine Schalotten  
5 Möhren  
500 g Sellerieknolle  
3 EL Öl  
800 g Rindergulasch  
Salz  
frisch gemahlener Pfeffer  
3 EL Tomatenmark  
2-3 EL Mehl  
330 ml dunkles Bier (z. B. Köstritzer)  
5 Stiele Thymian  
1 Knoblauchzehe  
2 Lorbeerblätter  
10 schwarze Pfefferkörner  
250 g grüne Bohnen  
1 Prise Zucker

**Rezept:**

Zwiebeln in kochendes Wasser geben, kurz aufkochen und abgießen. Kalt abspülen und die Schale abziehen. Je nach Größe eventuell halbieren. Möhren und Sellerie schalen, abspülen und in Stücke schneiden.

Öl in einem Bräter erhitzen, Fleisch portionsweise bei starker Hitze darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und herausnehmen. Zwiebeln, Möhren und Sellerie zufügen und im Bratfett anbraten.

Fleisch und Tomatenmark zum Gemüse geben und kurz mitbraten. Mit Mehl bestäuben und alles etwa 2 Minuten andünsten. 750 ml Wasser und das Bier dazugießen, gut verrühren und aufkochen lassen.

Thymian abspülen. Knoblauch mit Schale grob zerdrücken. Thymian, Knoblauch, Lorbeer und Pfefferkörner zugeben. Alles aufkochen und etwa 2 Stunden zugedeckt bei kleiner Hitze köcheln lassen. Gelegentlich umrühren und eventuell etwas Wasser zugießen.

Inzwischen die Bohnen putzen, abspülen und halbieren. Nach etwa 2 Stunden Kochzeit zum Eintopf geben und noch 30 Minuten mitkochen.

Thymianstiele entfernen. Den Rindfleisch-Eintopf mit Salz, Pfeffer und Zucker kräftig abschmecken.

FERTIG IN 3 Stunden,

PRO PORTION ca. 495 kcal, E 48 g, F 19 g, KH 27 g.

DAZU: Bauern- oder Krustenbrot.