

Gemüsegulasch

	<p>Zutaten</p> <p>400 g Schweinefleisch</p>	<p>Zubereitung</p> <p>würfeln</p>
	<p>1 Zwiebel evtl. 1 Knoblauchzehe</p>	<p>putzen, würfeln</p>
	<p>2 EL Öl</p>	<p>das Fleisch darin anbraten, Zwiebel mit andünsten</p>
	<p>$\frac{1}{8}$ l Wasser 1 EL Tomatenmark Salz, Pfeffer $\frac{1}{2}$ TL Gemüsebrühe</p>	<p>zugeben, 20 Min. schmoren lassen und würzen</p>
	<p>300 g Möhren 150 g Paprika 2 Tomaten</p>	<p>putzen, waschen, in Stifte oder Scheiben schneiden waschen, achteln</p>
	<p>20 g grob geschroteter Weizen</p>	<p>das Gemüse und den Weizen zu dem Fleisch geben, vermengen und weitere 20-25 Min. schmoren lassen</p>
	<p>3 EL Petersilie</p>	<p>hacken und vor dem Servieren darüberstreuen</p>
		