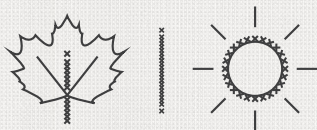


# Kartoffel-Paprika Gulasch



Sei amol g'miasig!

ZUBEREITUNG

30 min



# Zutaten

## FÜR 4 PERSONEN

- 5 mittelgroße festkochende Kartoffeln (ca. 600 g)
- 2 große Paprika (rot/grün)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 große Zwiebel
- 1 EL Rapsöl
- 1 gehäufter EL Tomatenmark
- 600 ml Gemüsebrühe
- 500 g passierte Tomaten
- 1 Tasse rote Linsen (ca. 200 g)
- Jodiertes Salz, Pfeffer
- Weitere Gewürze: Jeweils 1 gehäufter TL Kümmel, scharfes und mildes Paprikapulver, Majoran

# Zubereitung

- 1 Kartoffeln waschen, schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Paprika waschen und ebenfalls grob stückig schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein schneiden. Gewürze und Tomatenmark vorbereiten.
- 2 Die Zwiebeln in einem Topf im Öl andünsten. Kartoffeln, Knoblauch, Tomatenmark, Gewürze sowie die Hälfte der geschnittenen Paprika begeben und kurz mitrösten. Nun die Linsen hinzugeben.
- 3 Mit den passierten Tomaten und der Gemüsebrühe aufgießen und bei niedriger Hitze und geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten köcheln lassen. Die restlichen Paprika hinzugeben und ca. 5 Minuten weiter kochen (regelmäßig umrühren und bei Bedarf Wasser nachgießen).
- 4 Wenn die Linsen weich sind, mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.