

Rindseintopf mit Pelati, Peperoni, Reis und Erdnussbutter.

🕒 Zubereiten: ca. 20 Min.
Schmoren: ca. 50 Min.

👤 Für 4 Personen

Zutaten

800 g Rindfleisch von der Huft vom Schweizer Rind
4 Zwiebeln
4 EL Olivenöl
Salz und Pfeffer aus der Mühle
5 dl Bouillon
2 Dosen Pelati (à 425 g)
je 2 rote und grüne Peperoni
160 g Basmatireis
2-4 EL Erdnussbutter
Zitronensaft
2 Bund Schnittlauch



Zubereitung

1. Rindshuft in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Fleischwürfel darin von allen Seiten anbraten. Zwiebeln zugeben, mit anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Bouillon und Pelati zugeben, gut verrühren und geschlossen bei milder Hitze 30 Minuten garen. Dabei gelegentlich umrühren.
2. Peperoni putzen und klein schneiden. Zusammen mit dem Reis zum Eintopf geben und weiter ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis der Reis gar ist.
3. Erdnussbutter zugeben und glatt rühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen. Schnittlauch in Röllchen schneiden, darüberstreuen und servieren.

Nährwerte

Eine Portion enthält:

560 kcal
52 g Eiweiss
42 g Kohlenhydrate
19 g Fett