

... > Zubereitungsarten > Methoden > Kochen

# Kartoffelgulasch mit Kidneybohnen



vegan/vegetarisch, gut gewürzt

★★★★☆ 3 (1 Bewertungen)

💬 1 Kommentar

🕒 15 Min. 📶 simpel 📅 28.04.2020

---

## Weitere Rezepte - genauso gut!

---

## Zutaten

2



Portionen

400 g Kartoffel(n), geschält

200 g Zwiebel(n), in grobe Würfel geschnitten

2 EL Rapsöl

1 EL Tomatenmark

1 TL Paprikapulver

½ TL, gestr. Pul Biber

½ Dose Kidneybohnen, ca. 200 g

½ Dose Tomaten, stückige, ca. 200 g (Pelati)

150 ml Gemüsebrühe

2 Zehe/n Knoblauch, fein gehackt (oder auch etwas mehr)

1 TL Zitronenabrieb

½ TL Kümmelpulver

1 EL Majoran, gerebelt

Salz und Pfeffer, frisch gemahlen

---

## Zubereitungstipps

---

## Zubereitung

🕒 Arbeitszeit ca. 15 Minuten

🕒 Koch-/Backzeit ca. 20 Minuten

🕒 Gesamtzeit ca. 35 Minuten

Kartoffeln in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

Öl in einem breiten Topf erhitzen und das Tomatenmark bei mittlerer Hitze gut anschwitzen. Paprikapulver, Zwiebel und Kartoffelwürfel zugeben und 2 - 3 Min. mit anschwitzen. Mit den gehackten Tomaten und der Brühe ablöschen, mit Salz/Pfeffer, Knoblauch, Kümmel, Pul Biber und Zitronenschale würzen. Etwa 15 Min. köcheln lassen, bis die Kartoffeln gar sind. Ab und zu umrühren, damit nichts ansetzt. Evtl. etwas Brühe nachfüllen. Die Kidneybohnen untermischen, den Majoran zugeben und alles erhitzen. Zum Schluss nochmal mit den Gewürzen kräftig nachschmecken.

## Rezept von

Tatunca

## Weitere Rezepte von Tatunca

[Mehr >](#)

---

---

## **Tipps & Trends**

---

---

## Video Empfehlungen

---

## Markenrezepte bei Chefkoch

---

## Kommentare

 [Kommentar schreiben](#)

---

09.06.2020 12:30

patty89

Hallo  
einfach, schnell und lecker

super veggie-Idee :-D  
Danke für das Rezept  
LG  
Patty

**Antworten**

---

**Folge uns**



---

## **Unternehmen**

[Presse](#)

[Jobs](#)

[Impressum](#)

[AGB](#)

[Datenschutz](#)

[Datenschutz-Einstellungen](#)

[Werben Sie bei uns](#)

[Nutzungsbasierte Online Werbung](#)

## **Quicklinks**

[Rezepte finden](#)

[Was koche ich heute?](#)

[Was backe ich heute?](#)

[Magazin Übersicht](#)

[Print-Magazin im Abo](#)

[Foren](#)

[Chefkoch Events](#)

[Videos Übersicht](#)

## **Newsletter**

[Zum Newsletter anmelden](#)

## **Wir sind für Dich da**

[FAQ](#)

## **Live Rezeptsuchen**

[cupavci rezepte](#), [hähnchenspieße rezepte](#), [jakobsmuscheln rezepte](#), [jotabeeren rezepte](#), [kommissbrot rezepte](#), [lengfisch rezepte](#), [nudelsalate rezepte](#), [oriental rezepte](#), [putanesca rezepte](#), [strudel rezepte](#)