

Pfundstopf

Der Eintopf aus dem Backofen mit viel Fleisch und Gemüse ist ganz einfach zubereitet und lässt sich toll vorbereiten.

etwa 12 Portionen    gelingt leicht  bis 40 Minuten



Zutaten:

Zutaten:

500 g mageres Rindfleisch (z. B. aus der Unterschale)
500 g Schweinefleisch (z. B. aus dem Nacken)
500 g durchwachsener Speck
500 g Thüringer Mett
500 g Zwiebeln
500 g rote Paprikaschoten
500 g grüne Paprikaschoten
800 g geschälte Tomaten
500 g Tomaten-Paprika-Soße
Salz
frisch gemahlener Pfeffer

Wie bereite ich einen leckeren Pfundstopf zu?:

1 Pfundstopf vorbereiten:

Beide Fleischsorten unter fließendem kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und in etwa 2 cm dicke Würfel schneiden. Speck in feine Würfel schneiden. Mett zu kleinen Bällchen formen. Zwiebeln abziehen und in Scheiben schneiden. Paprikaschoten putzen, waschen und in Stücke schneiden. Tomaten in der Dose grob zerkleinern, mit dem Saft vermischen. Backofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze etwa 180 °C
Heißluft etwa 160 °C

2 Pfundstopf zubereiten:

Alle Zutaten in einer großen Auflaufform oder einem Bräter vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Auflaufform oder den Bräter mit Deckel auf dem Rost in den Backofen schieben.

Einschub: unteres Drittel
Garzeit: etwa 120 Min.



Versuchsküche

Rezepte und Tipps

Tipps aus der Versuchsküche

- Den Pfundstopf vor dem Servieren mit 2–3 Esslöffeln gehackter Petersilie bestreuen.
- Für eine kleinere Menge kann die Zutatenmenge des Pfundstopfs auch halbiert werden. Die Garzeit beträgt dann etwa 1 1/2 Std.
- Der Pfundstopf lässt sich prima einfrieren.
- Zum Pfundstopf schmecken Salzkartoffeln, Reis, [Baguette](#) oder [Fladenbrot](#) und gemischter Blattsalat.

