

# Paprika-Geschnetzeltes mit Champignons

## Für 4 Portionen

### Für die Marinade:

3 EL Tomatenmark	1 EL Paprikapulver
1 EL scharfes Paprikapulver	1 EL neutrales Öl
1 EL m.-scharfer Senf	3 EL Worcestersauce
1 Gyros-Gewürz	

### Für das Geschnetzelte:

750 g Rindergeschnetzeltes	2 Paprikaschoten, rot, gelb
1 große Zwiebel, geviertelt	250 g Champignons, geviertelt
2 EL Gemüsebrühe-Pulver	800 ml Wasser
40 g Speisestärke	2 EL cremiger Frischkäse

### Zum Abschmecken:

Salz, Pfeffer	2 Knoblauchzehen, gehackt
---------------	---------------------------

## Vorbereitung der Marinade:

In einer großen Schüssel das Tomatenmark, beide Sorten Paprikapulver, Öl, Senf, Worcestersauce und das Fleischgewürz gründlich verrühren, bis eine homogene Paste entsteht. Das Rindergeschnetzelte hineingeben und sorgfältig mit der Marinade vermengen, sodass jedes Stück Fleisch komplett überzogen ist.

### Tipp:

Die Marinade mindestens 1 Stunde im Kühlschrank durchziehen lassen für ein noch intensiveres Aroma empfiehlt sich eine Marinierzeit über Nacht.

### Anbraten für Röstaromen:

Eine große, schwere Pfanne auf höchster Stufe erhitzen. Das marinierte Fleisch portionsweise scharf anbraten, damit es eine schöne Bräunung entwickelt. Anschließend das Fleisch aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

Im verbliebenen Bratfett nun die Zwiebeln, Paprikastreifen und Champignons etwa 5 Minuten unter ständigem Rühren anbraten, bis das Gemüse leicht gebräunt, aber noch knackig ist.

### Die Paprika-Soße zaubern:

800 ml Wasser in die Pfanne gießen und 2 EL Gemüsebrühe einrühren.

Alles einmal kräftig aufkochen lassen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren und unter ständigem Rühren in die kochende Flüssigkeit einlaufen lassen, damit keine Klümpchen entstehen. Die Sauce wird dadurch wunderbar sämig.

Jetzt den Frischkäse unterheben und rühren, bis er sich vollständig aufgelöst hat und die Sauce eine herrlich cremige Konsistenz erreicht.

### Vereinigung aller Komponenten:

Das angebratene Fleisch mitsamt dem ausgetretenen Saft zurück in die Pfanne geben. Alles gut vermengen und das Gericht bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten sanft köcheln lassen, damit sich die Aromen perfekt miteinander verbinden.

Zum Schluss mit Salz, Pfeffer und fein gehacktem Knoblauch abschmecken und heiß servieren.

**Beilagen:**

Zu diesem feurigen Paprika-Geschnetzelten passen Spätzle, frisches Baguette, Reis, Kartoffelgratin, Ofenkartoffeln, grüner Salat.

**Fleischwahl:**

Neben Rindfleisch eignen sich auch Kalb, Pute und Hähnchen.

**Vegetarische Variante:**

Statt Fleisch einfach geschnetzelte Sojaschnetzel oder Jackfruit verwenden und die Marinade wie beschrieben zubereiten.

**Würzgrad anpassen:**

Wer es besonders feurig mag, kann zusätzlich eine Prise Cayennepfeffer oder frische Chili in die Sauce geben.

**Extratipp:**

Ein kleiner Schuss Schlagsahne macht die Sauce samtiger.

Deborah S. Crosby am 27. April 2025