

Vorgeschlagen von: am Mi 04 Mär 2009 13:33:38 CET

## Beschreibung

### Zutaten

700g Hammelfleisch, 3 Zwiebeln, 2 Mohrrüben, 700g Weißkohl, 500g Kartoffeln, Lorbeerblätter, Kümmel, Pfeffer, Salz, 1/4 l Helles Bier, 1 rote Paprikaschote

### Zubereitung

Hammelfleisch in Würfel schneiden und mit wenig Wasser ca. 10 Minuten kochen. Inzwischen Zwiebeln, Mohrrüben und Weißkohl in Scheiben schneiden. Die Kartoffeln würfeln. Einen großen Topf mit Speckscheiben auslegen. Schichtweise Fleisch, Zwiebeln, Mohrrüben, Weißkohl und Kartoffeln hineingeben. jede Schicht mit Salz, Pfeffer, Kümmel und mit 1 Lorbeerblatt würzen. Das Bier darübergießen, soviel Hammelbrühe dazugeben, bis der Topfinhalt bedeckt ist. Ca. 100-120 Minuten garen. Paprikaschote in Streifen schneiden und 10 Minuten vor Garzeitende hinzufügen.

### Anmerkungen

<b>Zubereitungsdauer</b>	5 Min	<b>Schwierigkeit</b>	ganz einfach
<b>Portionen</b>	eine Portion	<b>Sonstige Menge</b>	
<b>Land/Region</b>		<b>Kosten</b>	
<b>Vegetarisch</b>	0	<b>Laktose frei</b>	0
<b>Diabetisch</b>	0	<b>Gluten frei</b>	0
<b>Kilo-Kalorien</b>		<b>Kilojoule</b>	
<b>Fettgehalt</b>		<b>Broteinheiten</b>	
<b>Eiweiß</b>		<b>Kohlehydrate</b>	