



## Bayernglück

# KÜRBIS-KARTOFFEL GULASCH

### Zutaten

125 ml Haferdrink "Das Original"  
200 g Hokkaido Kürbis  
200 g Kartoffeln  
30 g Tomatenmark  
230 ml Wasser  
50 g Crème Fraîche (vegan)  
20 g Öl  
1 TL Salz  
2 Prisen Pfeffer  
1 1/2 TL Gemüsebrühe  
1 TL Paprika, gemahlen  
1 TL Muskat, gemahlen



Schwierigkeitsgrad: leicht



Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten



Zutaten für: 4-6 Portionen



Kaloriendichte: gering



Ernährungsform: vegan

### Zubereitung

1. Den Hokkaido und die Kartoffeln in Würfel schneiden und mit dem Öl in einem Topf anschwitzen.
2. Das Wasser mit der Brühe vermengen. Anschließend das Gemüse damit ablöschen.
3. Nun das Tomatenmark, Salz sowie Pfeffer hinzugeben und alles zugedeckt ca. 25-30 Minuten köcheln lassen.
4. Jetzt die restlichen Zutaten (den Haferdrink, die Crème Fraîche, das Paprikapulver und das Muskatpulver) hinzugeben.
5. Das Gulasch erneut für ca. 5 Minuten köcheln lassen, abschmecken und heiß servieren.

