

Argentinisches Lammragout

für 1 Person

Vorbereitungszeit

5 Minuten

Kochzeit

10 Minuten aktiv, 60 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. 4.10

Nährwert pro Rezept

357 Kcal, 19 g Fett, 25 g KH

Zutaten

100 g Lammragout

30 g Zwiebeln, würfeln

10 g Karotten, würfel

10 g Sellerie, würfel

10 g Lauch, würfeln

1 andünsten

150 g Pelatitomaten

2 ablöschen, ca. 60 Min weich kochen

30 g Rosinen

5 g Knoblauch, gehackt

Scharfmacher (RL Gewürz)

5 g Argentina (RL Gewürz)

1 zugeben, nach Belieben würzen,
Scharfmacher für die gewünschte Schärfe
servieren