

CARBONADA CRIOLLA



Für 1 Person	
Vorbereitungszeit	10 Minuten
Kochzeit	10 Minuten aktiv, 60 Minuten passiv
Menukosten ca.	Chf. 3.60
Nährwert pro Rezept	445 Kcal, 31 g Fett, 19 g KH

Zutaten

80 g	Rindsragout
30 g	Zwiebeln, gehackt
20 g	Rote Peperoni, würfeln
2 g	Olivenöl
30 g	Rotwein
100 g	Pelatttomaten
20 g	Süsskartoffeln, würfeln
10 g	Aprikosen, gedörrt
10 g	Süssmaiskörner
	Scharfmacher (RL)
8 g	<u>RedLine Argentina</u>

1

Alles mischen, 60 Min. weichkochen.
Scharfmacher für die gewünschte Schärfe.