

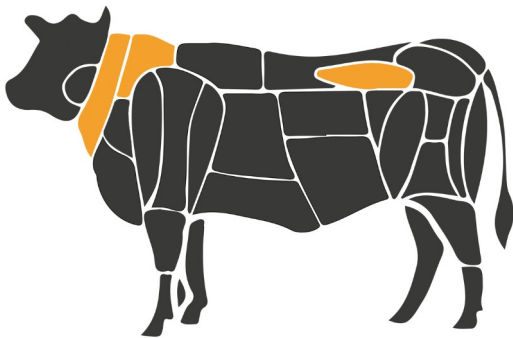


Bio von der Weide
auf den Teller



Gemeinsame Rezeptentwicklung der Mensaleiter
des Studentenwerks Frankfurt (Oder).

„Pilz-Stroganoff“ mit kurzgebratenem Bio-Weiderindfleisch, Apfel-Rotkohl und Spätzle



Zutaten (für 100 Personen)

13 kg	Rindfleisch (z.B. aus dem Zungenstück)
1 l	Pflanzenöl
5 kg	Champignons in Scheiben (6-8 mm)
3 kg	frische Paprika
2 kg	Metzgerzwiebeln
0,8 kg	Tomatenmark (5/1)
Gewürze	Knoblauch, Paprika
7 l	Wasser
12 kg	Rotkohl
2 kg	Apfelstücke
1 kg	Butterschmalz

Zubereitung

1. Das klassische „Stroganoff“ kommt von der Rinderlende kann aber auch aus andern Stücken zubereitet werden. Das Fleisch wird in Streifen geschnitten und in Öl mit den Zwiebeln, Knoblauch, Gewürzen, Tomatenmark und Paprika geschmort.
2. Champignons zum Schluss mit dazu geben und auch kurz anbraten. Mit Wasser ablöschen.
3. Das Pilz-Stroganoff mit Apfel-Rotkohl servieren. Hierzu die Apfelstücke und den fertigen Rotkohl mit den Gewürzen kurz in Butterschmalz schwenken.

Dazu schmecken Spätzle.