



EINFACHE ZWIEBELSAUCE

Informationen:

- Für 4 Portionen
- Kostet etwa 0,40 € pro Person
- Die Zubereitungszeit liegt bei ca. 20 Minuten

Nährwerte pro 100 g im Durchschnitt:

- Kcal: 60
- KJ: 250
- Fett: 3,2 g
- KH: 4,0 g davon 1,4 g Zucker
- Eiweiß: 0,6 g

Alle Angaben sind Circa-Werte und ohne Gewähr.

Zutaten:

Für die Zwiebelsoße:

- 1 EL Butterschmalz oder Sonnenblumenöl (rund 20 g)
- 1 mittlere Zwiebel (rund 140 g)
- 1 EL Weizenmehl Typ 405 (rund 20 g)
- 100 ml Rotwein
- 350 ml Gemüsebrühe
- 1 EL Tomatenmark
- 1/2 TL Paprikapulver edelsüß
- 1/2 TL Kümmel gemahlen

- 1/2 TL Majoran getrocknet
 - 1 TL Salz
 - etwas Pfeffer aus der Mühle
-

Zubereiten:

Zwiebelsoße:

- Die Zwiebel(n) schälen und in dünne Ringe schneiden.
- Das Butterschmalz auf mittlerer Hitze in einem kleinen Topf zerlaufen lassen.
- Die Zwiebeln in das Fett geben und 5 Minuten braten, bis sie leicht braun geworden sind, immer wieder umrühren.
- Das Tomatenmark dazugeben, 1 Minute mitbraten, immer rühren.
- Das Mehl über die Zwiebeln streuen, 1 Minute mitbraten, immer rühren.
- Das Salz, etwas Pfeffer aus der Mühle, Paprikapulver, Kümmel gemahlene und getrocknete Majoran über die Zwiebel streuen.
- Die Zwiebeln mit dem Rotwein ablöschen und rühren, damit sich die Bräune vom Topfboden löst.
- Die Gemüsebrühe dazugeben, umrühren.
- Die Soße unter Rühren 5 Minuten köcheln lassen.
- Abschmecken und servieren.