

Rezept

# Rindergulasch mit Artischocken

Ein Rezept von Rindergulasch mit Artischocken, am 04.12.2023

## Zutaten

<b>300 g</b> Rindergulasch (aus der Keule)	<b>300 g</b> Zwiebeln
<b>2</b> Knoblauchzehen	<b>50 g</b> getrocknete Tomaten in Öl
<b>1 EL</b> Olivenöl	<b>2 EL</b> Tomatenmark
<b>1 TL</b> Rosmarinnadeln	<b>1 TL</b> Thymianblättchen
Salz	Pfeffer
<b>300 ml</b> Rinderbrühe	<b>1 Dose</b> Artischockenherzen (400 g Füllmenge)
<b>2-3 EL</b> gehacktes Basilikum	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 353 kcal

## Zubereitung

1. Das Gulasch von Sehnen und Fett befreien und trockentupfen. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln achteln, Knoblauch in Scheibchen schneiden. Getrocknete Tomaten fein würfeln. Den Ofen auf 200° vorheizen.
2. Öl in einem Bräter erhitzen, Fleisch, Zwiebeln und Knoblauch darin scharf anbraten. Tomaten, Tomatenmark, Rosmarin und Thymian zugeben, kurz mitbraten und mit der Brühe ablöschen, aufkochen, salzen und pfeffern. Das Gulasch im heißen Ofen (Mitte, Umluft 180°) zugedeckt ca. 1 Std. schmoren. Ab und zu umrühren.
3. Artischocken abgießen und achteln oder vierteln. Kurz vor Garzeitende unter das Gulasch heben. Vor dem Anrichten abschmecken und mit dem Basilikum bestreuen.