

Marokkanischer Rindseintopf

Rezept für 6 Portionen
Dauer: ca. 15 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Olivenöl	2 Esslöffel
Rindfleisch	700 g
Rosinen / Sultaninen	¼ Tasse(n) / Glas
Duftreis / Jasminreis	1.5 Tasse(n) / Glas
Zwiebeln	1 Stk.
Ingwerwurzel	1 Teelöffel
Knoblauch	1 Teelöffel
Zimtpulver	1 Teelöffel
Rotwein	1 Tasse(n) / Glas
Tomatenmark	100 ml
Bienenhonig	1 Esslöffel
Salz	1 Prise(n)
Leitungswasser / Stilles Wasser	3 Tasse(n) / Glas
Getrocknete Marillen / Aprikosen	7 Stk.
Roter Pfeffer	1 Prise(n)
Geriebene Pimentkörner / Neugewürz	1 Teelöffel

Zubereitung:

Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Rindfleischstücke (z.B. Gulaschfleisch) in das heiße Olivenöl geben. 15 min. auf mittlerer Hitze braten lassen.

Zwiebel schälen und in Würfel schneiden, Ingwer (ca. 3cm) schälen und fein reiben. Knoblauch schälen und fein hacken. Alles zum Fleisch in den Topf geben und ca. 5 min. braten lassen.

Neugewürz und Zimt in den Topf geben. Umrühren und für eine Minute braten lassen. Wein (optional!) zugeben.

Wasser zugeben, Tomatenmark, Honig, gemahlener roter Pfeffer, und Salz unterrühren. Den Eintopf zum kochen bringen, Deckel auf den Topf geben und den Eintopf auf kleiner Flamme für ca. 1 Stunde köcheln lassen.

Während der Eintopf köchelt, Jasminreis nach Packungsaufschrift kochen.

Kurz vor Ende der Garzeit, Aprikosen grob schneiden und gemeinsam mit dem Rosinen in den Eintopf geben. Deckel vom Topf nehmen und den Eintopf weitere 15-20 min. ziehen lassen, damit er noch etwas eindicken kann.

Den fertigen Eintopf auf Jasminreis servieren!

Guten Appetit!

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-2163-Marokkanischer-Rindseintopf.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at