

## Knoblauchgulasch mit Sauerkraut und Kartoffeln

Dieses leckere Gulasch ist schnell gekocht und macht satt.



### Zutaten (für 4 Personen):

- 800 g Gulasch (Schwein oder Rind)
- 400 g Sauerkraut
- 4 Kartoffeln
- 2 Paprika (gelb und grün)
- 2 Zwiebeln
- 5 Knoblauchzehen
- 2 l Gemüsebrühe
- 4 EL Tomatenmark
- 150 ml Schlagsahne
- 4 Lorbeerblätter
- 1 ½ EL Piment
- 1 Chilischote
- 1-2 EL Zucker
- 1 EL Majoran (getrocknet)
- Salz
- Pfeffer
- 8 EL Olivenöl

### Dazu zum Anrichten:

- 8 Stängel Petersilie
- 200 g Sauerrahm

**Zubereitung - Arbeitszeit: 25 Min. / Kochzeit: 1 Std. 25 Min.**

- Zwiebeln schälen, grob hacken und in einem großen Topf mit Olivenöl kurz anbraten. Fleisch dazugeben und ca. 5 Minuten weiter braten. Ab und zu umrühren. Tomatenmark hinzugeben und kurz mit anrösten. Brühe aufgießen, Piment und Lorbeerblätter dazugeben, verrühren und ca. 30 Minuten bei geringer Hitze schmoren lassen.
- In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen und in 2 cm große Würfel schneiden. Knoblauch und Chilischote klein hacken.
- **Tipp:** Wer es nicht so gerne scharf mag, kann vorher die Kerne der Schote entfernen.
- Sauerkraut, Kartoffeln, Knoblauch und Chili zum Fleisch geben. Mit Majoran, Salz und Pfeffer abschmecken.
- Dann 1-2 Esslöffel Zucker dazugeben, aufkochen und nochmal bei geringer Hitze 45 Minuten schmoren lassen. Kurz vor Ende der Garzeit die Schlagsahne hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Das Knoblauchgulasch zusammen mit etwas Sauerrahm auf Tellern anrichten und mit frisch gehackter Petersilie garnieren. Sofort servieren.