

# Guláš krutí s cuketami



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 1h 0min  
Celkový čas: 1h 30min , Porce: 4

**1112** kalorií , **20 g** cukrů , **30 g** tuků , **138 g** bílkovin

**Autor:** jirina1967

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/gulas-kruti-s-cuketami>

## Příprava

Rajčata křížem nařízneme, spaříme, prudce ochladíme, oloupeme, rozpůlíme, zbavíme jader a dužinu nakrájíme na menší kostky. Maso nařežeme na větší kostky a cuketu na silnější plátky. V kastrolu rozežřejeme olej a osmahneme na něm půlky šalotek. Pak přidáme maso. Za stálého míchání ho ze všech stran opečeme, zalejeme vínem a dusíme asi 3 minuty. Přidáme očištěné a nakrájené houby, nebo namočené ve vodě, cukety, rajčata, smetanu a koření. Osolíme, opepříme a pod pokličkou dusíme asi 45 minut.

## Ingredience

- ✓ 400 g rajčat
- ✓ 500 g krutích prsou
- ✓ 400 g cukety
- ✓ 2 lžíce oleje
- ✓ 200 g šalotky
- ✓ 250 ml bílého vína
- ✓ 300 g čerstvých nebo sušených hub
- ✓ 200 g zakysané smetany
- ✓ 2 lžičky provensálského koření
- ✓ sůl
- ✓ mletý černý pepř

## Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Drůbež a králík, Rodina, Hlavní chod

