

# Guláš od sousedky



Obtížnost: 

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 35min  
Celkový čas: 45min , Porce: 4

**1226** kalorií , **0 g** cukrů , **80 g** tuků , **108 g** bílkovin

**Autor:** notburga

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/gulas-od-sousedky>

## Příprava

V hrnci rozpálíme olej a opékáme na něm mleté maso, aby takřikajíc chytilo barvu. Hodně mícháme, aby se nám rozdělilo na co nejmenší kousky. Přidáme pórek a ještě chvílku opékáme. Zalijeme vodou, osolíme a necháme asi 15 minut vařit. Poté zahustíme moukou, přidáme gulášové koření a důkladně provaříme. Na závěr vhodíme nasekanou zelenou petrželku, povaříme ještě chvílku a stáhneme z ohně.

## Ingredience

- ✓ 500 g hovězího mletého masa
- ✓ 1 pórek
- ✓ 1 lžíce gulášového koření
- ✓ 2 lžíce celozrné mouky
- ✓ 1 lžíce petržele
- ✓ špetka soli
- ✓ 2 lžíce rostlinného oleje
- ✓ 1,5 l vody

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Klasika, Rodina, Hlavní chod