

Guláš s hlívou ústřičnou



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 2h 0min
Celkový čas: 2h 20min , Porce: 4

1031 kalorií , **0 g** cukrů , **70 g** tuků , **64 g** bílkovin

Autor: Tatiana

Odkaz: <https://srecepty.cz/gulas-s-hlivou-ustricnou>

Příprava

Maso omyjeme, osušíme a nakrájíme na malé kousky. Cibuli si načistíme a nakrájíme na kousky nebo menší kolečka. Česnek oloupeme a utřeme. Hlívu omyjeme a nakrájíme na nudličky. Na pánvi si rozehejeme trošku sádla nebo oleje a orestujeme maso. Pak jej vhodíme do hrnce s udělaným vařícím bujónem (nejlépe, aby to byl tlakový hrnec, protože maso se v něm udělá rychleji). Na zbylém výpeku orestujeme cibulku a česnek a před koncem posypeme namletými čili papričkami a poprášíme moukou. Vše vsypeme do hrnce s vývarem a masem. Přidáme omytou a nakrájenou hlívu (taky ji předem můžeme orestovat, ale nemusíme) rajčatový protlak, sůl, kmín a červené víno a vaříme do měkka. Poté guláš ještě můžeme dle vlastního uvážení dohustit, ale není třeba, protože stačí nechat vyvařit vodu. Před koncem můžete ještě přidat nasekanou nať petrželky, aby pokrm provoněla.

Ingredience

- ✓ 1 balení Hlívy ústřičné
- ✓ 400 g hovězího zadního
- ✓ 1 lžička namletých čili papriček
- ✓ 1 rajčatový protlak
- ✓ 2 cibule
- ✓ 3 stroužky česneku
- ✓ 2 lžičky kmínu
- ✓ 1 lžíce hladké mouky
- ✓ sůl
- ✓ 1,5 l hovězího bujónu
- ✓ 1 dcl suchého červeného vína
- ✓ olej
- ✓ nať petrželky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Něco extra, Rodina, Hlavní chod

