

Guláš z drůbežích žaludků

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

730 kalorií , 0 g cukrů , 62 g tuků , 10 g bílkovin

Autor: jessynka

Odkaz: <https://srecepty.cz/gulas-z-drubezich-zaludku>

Příprava

Očištěné a omyté žaludky prudce opečeme na cibulce, osmažené na oleji, zaprášíme moukou, přidáme kmín, pepř, osolíme, podlijeme a pod pokličkou dusíme doměkka. Před dokončením dochutíme sojovou omáčkou.

Ingredience

- 0,5 kg drůbežích žaludků
- 4 lžíce oleje
- 1 cibule
- 3 lžíce hladké mouky
- 2 lžíce sojové omáčky
- sůl
- kmín
- pepř

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Drůbež a králík, Jídlo na každý den, Chudý student, Hlavní chod