

Guláš z hub



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 35min , Porce: 2

323 kalorií , **0 g** cukrů , **0 g** tuků , **39 g** bílkovin

Autor: honzíček

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

Příprava

Na tuku zpěníme cibuli, přidáme nakrájené houby, česnek utřený se solí, kmín, sladkou papriku a dusíme 15 minut. Guláš zahustíme moukou - usmažíme ji, podlijeme, přidáme protlak a provaříme.

▣ Tip k receptu

Můžeme zahustit chlebem je to lepší.

Ingredience

- 2 cibule
- 750 g hub
- špetka kmínu
- 1/2 lžičky mleté papriky
- 1 lžíce hladké mouka
- špetka pepře
- 2 lžíce rajčatového protlaku
- špetka soli
- 60 g ztuženého potravního tuku

Kategorie

Obyčejný den, Léto, Podzim, Houby, Rodina, Hlavní chod

