

Guláš z mletého masa



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 5min , Porce: 4

870 kalorií , **4 g** cukrů , **5 g** tuků , **26 g** bílkovin

Autor: Mall

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

Příprava

Maso umeleme na větší kousky. Do kastrolku dáme olej a najemno nakrájenou cibuli a necháme smažit dozlatova. Pak do ní přidáme umleté maso, přidáme papriku a orestujeme. Dále přidáme sůl, kmín, gulášové kostky, bobkový list , přidáme česnek, podlijeme vodou a necháme dusit do změknutí. Když je maso měkké, necháme vydušit přebytečnou vodu, zamícháme asi 1 lžící hladké mouky, podlijeme vodou a necháme chvíli povařit. Nakonec přidáme majoránku. Podáváme s knedlíky nebo těstovinami.

Ingredience

- 750 g vepřové plece
- 4 cibule
- olej
- sůl
- česnek
- mletá paprika
- pepř
- kmín
- majoránka
- 2 ks gulášové kostky
- bobkový list
- hladká mouka

Kategorie

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

