

# Gulášová polévka



Obtížnost: 

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 2h 0min  
Celkový čas: 2h 30min , Porce: 4

**1360** kalorií , **1 g** cukrů , **29 g** tuků , **62 g** bílkovin

**Autor:** Martina Třetinová

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/gulasova-polevka>

## Příprava

Maso opereme, zbavíme šlach a nakrájíme na kousky. Nadrobno nakrájíme cibuli a slaninu. V hrnci rozežřejeme sádlo, vložíme slaninu a necháme ji chvíli škvařit, poté přidáme i cibuli, chvíli smažíme a nakonec přidáme mletou papriku. Vše zamícháme. K cibuli přidáme maso, utřený česnek, sůl, trošku pepře, muškátový oříšek a kmín. Maso necháme pražit tak dlouho, dokud nebude měkké, cca 2 hodiny. Nezapomínáme maso podlévat vodou, aby se nepřipálilo. Když už je maso měkké a šťávy málo, přidáme mouku a zbylou šťávu necháme vysmahnout. Do hrnce poté přilijeme vývar. Brambory oloupeme, očistíme, nakrájíme na malé kostičky a vložíme do hrnce. přidáme majoránku a vaříme dál, až brambory změkknou. Osolíme podle chuti a můžeme podávat.



### Tip k receptu

Místo vývaru z kostí můžeme použít vývar z kostky masoxu anebo pouze vodu. Pro zlepšení chuti můžeme do polévky přidat spolu s brambory i kořenovou zeleninu (mrkev, celer). Podáváme nejlépe s čerstvým chlebem.

## Ingredience

- ✓ 1,5 l hovězího bujónu
- ✓ 300 g hovězí klíčky
- ✓ 50 g sádla
- ✓ 40 g slaniny
- ✓ 1 větší cibule
- ✓ 2 stroužky česneku
- ✓ 10 g sladké mleté papriky
- ✓ 350 g brambor
- ✓ 50 g hladké mouky
- ✓ sůl
- ✓ muškátový ořech
- ✓ kmín
- ✓ majoránka
- ✓ pepř
- ✓ voda

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Klasika, Rodina, Polévka

