

Výborný guláš z hlívy ústříčné



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 35min , Porce: 4

459 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 15 g bílkovin

Autor: Roxana

Odkaz: <https://srecepty.cz/vyborny-gulas-z-hlivy-ustricne>

Příprava

Cibuli nakrájíme najemno a osmažíme na sádle. Přidáme omytou a pokrájenou Hlívu, mírně osmahneme přidáme mletou papriku, kmín a po pečlivém promíchání (aby paprika nezhořkla), zalijeme vřelou vodou. Přidáme Masox, je možno pokrájet i čerstvou zelenou papriku na proužky pro zpestření chuti. Asi po 10 minutách vaření zahustíme tmavou instantní jíškou, dosolíme a případně přikořeníme čerstvě umletým barevným pepřem, feferonkou, či Tabascem.

Ingredience

- ✓ 2 ks větších cibulí
- ✓ 1 balení Extra silného Masoxu
- ✓ 1/2 lžičky soli
- ✓ 1/2 lžičky kmínu
- ✓ 3 lžíce sádla
- ✓ 2 lžíce instantní tmavé jíšky
- ✓ 3 lžíce papriky sladké mleté
- ✓ 2 papriky zelené
- ✓ 50 dkg Hlívy ústříčné



Tip k receptu

Když si cestou domů koupíme čerstvý chléb a Hlívu, máme za krátkou dobu výbornou večeři. Je možné přidat místo papriky i gulášové koření, ale to je asi zbytečná připomínka. Stejně postupuji v sezóně Václavek, ty však je nutno povařit delší dobu.

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Houby, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

