

Chalupářský guláš



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 1h 15min
Celkový čas: 1h 35min , Porce: 4

964 kalorií , **0 g** cukrů , **51 g** tuků , **111 g** bílkovin

Autor: honzíček

Odkaz: <https://srecepty.cz/chaluparsky-gulas>

Příprava

Kostky masa opečeme s cibulí na oleji dozlatova, přidáme sůl, pepř, protlak, zalijeme vodou a dusíme do měkka. Přilijeme gulášovou omáčku (maggi) a lehce povaříme. Klobásu nařízneme po celé délce do hloubky asi 2 cm a nakrájíme na plátky. Zeleninu i s klobásou opečeme, přidáme česnek a restujeme. Na talíř dáme maso s omáčkou přidáme zeleninu s klobásou.

Ingredience

- 500 g kuřecích prsou
- 2 papriky (kapie) červená a zelená
- 2 stroužky česneku
- 1 cibule
- 50 ml slunečnicového oleje
- 1 lžíce rajčatového protlaku
- 1/2 lžičky pepře
- 1 klobása
- 1 balení gulášové omáčky Maggi
- špetka soli

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Drůbež a králík, Návštěva, Rodina, Hlavní chod

