

Viedenský guláš

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 1 hodina

Bez lepku

Postup prípravy

Hovädzie mäso nakrájame na kocky. Olúpanú cibuľu nakrájame nadrobno, osmažíme ju v oleji doružova, pridáme mletú papriku a v základe osmažíme nakrájané mäso. Potom ich osolíme, mierne podlejeme, okoreníme, pridáme drvenú rascu a zastrekneme octom, pozvoľna dusíme. Počas dusenia miešame a podľa potreby dolievame vodu. Keď je mäso čiastočne mäkké, vydusíme šťavu na tuk, zaprášime múkou, zasmažíme, podlejeme vodou, pridáme paradajkový pretlak a majorán, dobre rozmiešame a zase podusíme domäkka. Mäso vyberieme a šťavu na mäso precedíme cez sitko, dochutíme a krátko ešte povaríme.

Ingrediencie

- **JIZERKA-bezlepková zmes univerzálna 1000 g** - 12 g
- **Paradajkový pretlak 200 g** - 35 g
- **Cibuľa voľná** - 240 g
- **Bio hovädzie predné** - 480 g
- **Pitná voda nesýtená** - 240 g
- **Olej repkový** - 80 g
- **Mleté čierne korenie** - 1.5 g
- **Ocot** - 8 g
- **Rasca** - 0.5 g
- **Majoránka sušená** - 4 g
- **Paprika sladká mletá** - 8 g
- **Jedlá soľ** - 12 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

