



Guláš z kuřecích srdíček

Ingredience

kuřecí srdce: **300 g**
mrkev: **1 ks**
velká cibule: **1 ks**
stroužky česneku: **1 ks**
hladká mouka: **1 PL**
gulášová paprika: **1 PL**
drcený kmín: **1 KL**
majoránka: **1 KL**
bobkový list: **2 ks**
sádlo: **1 PL**
sůl
pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

Srdíčka odblaníme a očistíme od tuku, cibuli nakrájíme nahrubo, mrkev na kostičky, česnek prolisujeme. Na sádle orestujeme cibuli do tmava, přidáme srdíčka, orestujeme, zaprášíme sladkou paprikou a zalijeme horkou vodou nebo kuřecím vývarem pouze tak, aby bylo vše ponořené. Přidáme česnek, bobkový...

Guláš z kuřecích srdíček - recept

Srdíčka odblaníme a očistíme od tuku, cibuli nakrájíme nahrubo, mrkev na kostičky, česnek prolisujeme. Na sádle orestujeme cibuli do tmava, přidáme srdíčka, orestujeme, zaprášíme sladkou paprikou a zalijeme horkou vodou nebo kuřecím vývarem pouze tak, aby bylo vše ponořené. Přidáme česnek, bobkový list, kmín, trochu soli a pepře. Vaříme **asi 30 minut** při nízké teplotě, přidáme mrkev, mouku rozmíchanou ve vodě a ještě **asi 15 - 20 minut** provaříme.

Guláš z kuřecích srdíček se nakonec dochutí majoránkou, případně solí, pepřem a česnekem.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí