



Gulášová polévka z mletého masa

Ingredience

mleté hovězí maso: **200 g**
cibule: **1 ks**
stroužky česneku: **2 ks**
hovězí vývar: **700 ml**
menší brambory: **2 ks**
sladká paprika: **1 PL**
majoránka: **1 KL**
drcený kmín: **1 KL**
sůl
pepř
olej nebo sádlo

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Méně dietní, ale chutné

Cibuli nakrájíme na kostičky, brambory na kostky, česnek prolisujeme, vývar ohřejeme. V hrnci rozežřejeme trochu oleje nebo sádla a osmažíme na něm cibuli dohněda. Přidáme mleté maso a necháme do krátkce zprudka orestovat. Dále přidáme polovinu česneku, kmín, sladkou papriku, zamícháme a zalijeme...

Gulášová polévka z mletého masa - recept

Cibuli nakrájíme na kostičky, brambory na kostky, česnek prolisujeme, vývar ohřejeme. V hrnci rozežřejeme trochu oleje nebo sádla a osmažíme na něm cibuli dohněda. Přidáme **mleté maso** a necháme do krátce zprudka orestovat. Dále přidáme polovinu česneku, kmín, sladkou papriku, zamícháme a **zlijeme vývarem**.

Do polévky přidáme brambory a **vaříme asi 12 - 15 minut** do poloměkka. Dochutíme druhou polovinou česneku, majoránkou, solí a pepřem. Se solí opatrně, záleží na tom, jak slaný vývar použijeme. Povaříme už jen **asi 5 minut**, až budou brambory měkké.

Gulášová polévka z mletého masa se může před podáváním posypat nadrobno nakrájenou syrovou cibulí a podávat s chlebem.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí