



## Jelení guláš

### Ingredience

jelení maso: **400 g**  
červené víno: **250 ml**  
velká cibule: **1 ks**  
voda: **250 ml**  
hladká mouka: **1 PL**  
rajský protlak: **1 PL**  
olej  
mletá sladká paprika  
česnek  
drcený kmín  
mletý pepř

### STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

**Maso na jelení guláš očistíme a nakrájíme na kostky. Na oleji zpěníme nakrájenou cibuli a vložíme maso, které ze všech stran necháme zatáhnout. Osolíme, přidáme kmín, pepř, prolisovaný česnek, zaprášíme paprikou a podlijeme vínem. Necháme odpařit alkohol a podlijeme vodou. Přidáme protlak a pod...**

## Jelení guláš - recept

Maso na jelení guláš očistíme a nakrájíme na kostky. Na oleji zpěníme nakrájenou cibuli a vložíme maso, které ze všech stran necháme zatáhnout. Osolíme, přidáme kmín, pepř, prolisovaný česnek, zaprášíme paprikou a podlijeme vínem. Necháme odpařit alkohol a podlijeme vodou. Přidáme protlak a pod pokličkou dusíme doměkka při nízké teplotě asi 1,5 - 2 hodiny. Podle potřeby zahustíme moukou rozmíchanou v troše vody a necháme provařit ještě min. 15 minut.

**Jelení guláš** můžeme podávat s knedlíkem nebo čerstvým chlebem.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí