

Hovězí guláš (12101)

Normovaný počet porcí: 10

Ingredience (suroviny):



Finální vzhled pokrmu:



1. 2.



3. 4.



5. 6.



Hovězí guláš

Tradiční recept: kousky dušeného hovězího masa přelité hnědočervenou omáčkou.

Ingredience: 10 porcí

7,5 lžíce	sádlo
2,5 lžíce	rajský protlak
2,5 lžíce	majoránka
5 lžic	mletá sladká paprika
10 stroužků	česnek
1250 g	cibule
2,5 lžíce	mletý kmín
80 g	hladká mouka
podle chuti	
	sůl
	mletý černý pepř

Postup přípravy:

Cibuli oloupeme a nakrájíme nadrobno. Česnek oloupeme a prolisujeme. Hovězí maso nakrájíme na kousky.

V hrnci rozeřjeme sádlo a nakrájenou cibuli na něm orestujeme dohněda. Zasypeme mletou paprikou, dobře promícháme a postupujeme rychle, aby paprika nezhořkla. Potom přidáme kousky masa, ze všech stran je opečeme a dobře mícháme. Když je maso orestované, osolíme (asi 10 špetek soli) a opepříme. Přidáme rajský protlak, dobře promícháme a mírně zalijeme vodou. Do základu přisypeme kmín, prolisovaný česnek a necháme dusit na co nejnižší teplotě.

Guláš stále hlídáme, občas promícháváme a přiléváme vodu po menším množství. Po asi hodině a půl maso ochutnáme a pokud je měkké, vydusíme šťávu na tuk, zaprášíme prosátou moukou, za stálého míchání ji zasmažíme a podlijeme teplou vodou. Přidáme v dlaních rozemnutou majoránku. Hovězí guláš povaříme ještě asi 10 minut.

Hovězí guláš ozdobíme čerstvě nakrájenou cibulí. Podáváme nejlépe s houskovým knedlíkem, případně s chlebem či jiným pečivem, bramborákem nebo těstovinami.

Proklikávací videa z přípravy:

https://youtu.be/mux_Km45EmU

nebo na webu školy

<https://www.euroinstitut.net/vyukova-videa/priprava-pokrmu/>