

# Hovězí guláš

4–6 porcí

## SUROVINY

- 1 kg hovězí plece nebo klišky
- 1 kg oloupané cibule
- 25 g oloupaného česneku
- sůl
- 1 lžička čerstvě mletého pepře
- 140 g sádla
- 1 lžička kmínu
- 2 lžíce rajského protlaku
- 5 bobkových listů
- 2 lžíce sladké papriky
- špetka pálivé papriky
- 1,7 l vody
- 1 lžíce sušené majoránky



## POSTUP

Cibuli nakrájej nahrubo. Česnek nakrájej najemno.

Maso nakrájej na kostky o hraně 4 cm, přidej 1 lžičku soli a pepře a promíchej.

V kastrolu na středním ohni rozehej sádlo, přidej cibuli a kmín a promíchej. Stáhni oheň na třetinu a za občasného míchání restuj cibuli 30–40 minut dohněda (viz foto).

Zvyš oheň na polovinu, přidej maso a restuj ho 5 minut. Přidej rajský protlak a za stálého míchání restuj 1 minutu. Přidej česnek, bobkové listy, sladkou a pálivou papriku a za stálého míchání restuj další 1 minutu.

Přilij vodu, přiveď k varu, přiklop poklicí, stáhni oheň na třetinu a nech dusit 2,5 hodiny nebo dokud není maso zcela měkké. Občas promíchej plochou vařečkou, aby se na dně kastrolu netvořil nápek.

Ideální je maso z jalovice, volka nebo býka.

Spolu s česnekem můžeš přidat 1 najemno nakrájenou chilli papričku.

Spolu se sladkou paprikou můžeš přidat lžičku uzené papriky.

Majoránku nejprve rozemni v dlaních, víc se rozvoní.

Jakmile je maso měkké, přidej sušenou majoránku, promíchej a vař nezakryté 5 minut. V případě potřeby dochut' solí.



Prostě vás naučíme vařit...

[www.prakul.cz](http://www.prakul.cz)