



Sekeli gulaš

 NAČIN PRIPREME
Srednje složena priprema

 VRIJEME PRIPREME
30 - 60 min

 BROJ PORCIJA
4

Sastojci

40 ml ulja (ili masti)
500 g svinjske plečke (gulaš kocke)
2 luka
1 žlica slatke crvene mljevene paprike
1 žlica brašna
1 češanj češnjaka
500 g Konzum kiselog kupusa (rezani)
1 žličica smeđeg šećera
Kim
Sol
Papar
Voda

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Na 20 ml ulja, na jakoj vatri pržite sasvim lagano posoljene kockice mesa za gulaš dok nisu dobile lijepu boju i tekućina se reducirala. Meso izvadite iz posude pa na preostalo ulje stavite sitno sjeckani luk. Smanjite vatru i dinstajte dok luk nije postao aromatičan i mekan, oko 7 minuta. Luku dodajte slatku crvenu mljevenu papriku i brašno te pržite 1 minutu.

U posudu vratite meso i dodajte sjeckani češnjak. Podlijte s 2 dl vode i kuhajte dok voda ne ispari, pa dodajte još vode. Podlijevajte vodom po potrebi te nastavite kuhati dok meso ne omekša.

Kada je meso omekšalo na tavici na 20 ml ulja dinstajte Konzum kiseli kupus. Dodajte mu žličicu smeđeg šećera da izbalansirate kiselost i nastavite kuhati miješajući još 7 minuta. Kupus dodajte u posudu s mesom pa začinite kimom i paprom. Provjerite treba li jelu još soli (koju dodajemo tek poslije kiselog kupusa koji je slan).

Po potrebi podlijte s još 2 dl vode i kuhajte zajedno 10 minuta. Servirajte uz kuhani ili pire krumpir i kiselo vrhnje.

Više video inspiracije za pripremu ukusnih jela pogledajte na našem YouTube kanalu.