

# Gulasz wołowy z warzywami



Autor: **GREGORSPEED**  
Przepisów: **2332** Ocena: **51872**



3-4 os. > 60 min



łatwe przystępne



## Składniki:

- 500 g wołowiny ekstra
- 4 łyżki oleju rzepakowego
- 2 łyżki sosu sojowego
- 1 cebula
- 4 ząbki czosnku
- 1 l bulionu wołowego
- 2 liście laurowe
- 4 ziarna ziela angielskiego
- 2 marchewki
- 1/2 szklanki kwasu z kiszonych ogórków
- 6 szt zielonych szparagów
- 1 głąb z brokołu
- 2 łodygi selera naciowego
- 100 g groszku cukrowego
- 1 łyżka słodkiej mielonej papryki
- 1 łyżeczka ostrej papryki
- 1 łyżeczka cynamonu
- 1 łyżeczka mielonego kardamonu
- 1 pełna łyżka mąki
- 1 łyżka sosu ostrygowego
- sól, pieprz

## Sposób przygotowania:

1 Mięso kroimy w kostkę, na rozgrzonym tłuszczu podsmażamy, dodajemy sos, posiekaną cebulę i czosnek, chwilę razem smażyjemy, oprószamy mąką. Po kilku minutach zalewamy gorącym bulionem, wrzucamy liście laurowe i ziele angielskie. Gotujemy na średnim ogniu, pod przykryciem 30 min.

Marchew kroimy na plasterki, dodajemy do mięsa i gotujemy przez kwadrans. Do sosu dolewamy kwas z kiszonych ogórków, gotujemy 30 min pod przykryciem.

Szparagi kroimy na kawałki, głąb brokołu obieramy, kroimy na plasterki, seler naciowy kroimy na 5 mm kawałki i razem z groszkiem dodajemy do sosu. Wsypujemy przyprawy i gotujemy pod przykryciem kolejne pół godziny.

Mąkę mieszamy z zimną wodą (150 ml), dodajemy do sosu razem z sosem ostrygowym i zagotowujemy.

Do smaku doprawiamy solą i pieprzem.



Twoje notatki do przepisu:

