Gulaš s junetinom, bundevom i pivom

NAČIN PRIPREME
Srednje složena priprema

VRIJEME PRIPREME
> 60 min

BROJ PORCIJA
4 osobe

Sastojci

30 ml ulja + 20 ml ulja
~500 g junetine za gulaš
3 luka
100 g mrkve
50 g korijena peršina
3 češnja češnjaka
1 žlica sjeckanog lista peršina
1 žlica slatke dimljene paprike
2 dl piva
200 g K plus pasirane rajčice
500 g bundeve
2,5 dl vode
1 list lovora
Sol
Crni papar

U loncu zagrijte 20 ml ulja pa dodajte meso narezano na kocke, dobro zapecite sa svih strana na jačoj vatri, oko 10 minuta. Izvadite meso.

Smanjite vatru na srednju jačinu, dodajte još 10 ml ulja i sitno nasjeckani luk, lagano posolite i dinstajte 15 minuta. Ako luk ostane bez tekućine podlijte s par žlica vode. Potom dodajte naribanu mrkvu i korijen peršina te dodajte još malo soli. Dinstajte 5 minuta pa vratite meso, dodajte sitno nasjeckan češnjak i list peršina, dimljenu papriku, crni papar, lovor, a odmah zatim i pivo. Kuhajte poklopljeno povremeno miješajući.

Nakon 20 minuta dodajte pasiranu rajčicu. Nastavite kuhati na srednjoj vatri 20 minuta, povremeno miješajući. Podlijte s 1,5 dl vode i smanjite vatru na lagano.

Bundevu ogulite, narežite na kockice, prelijte s 20 ml ulja, posolite i pecite u pećnici zagrijanoj na 200°C oko 1 h.

Za to vrijeme kuhajte gulaš na laganoj vatri, povremeno miješajući i podlijevajući vodom ako vam se učini da je u loncu nedostaje. Dodajte kockice pečene bundeve i podlijte s 1 dl vode da finalno prilagodite gustoću. Provjerite je li jelo dovoljno slano i prilagodite začine. Kuhajte još 5 minuta da se okusi prožmu.

Servirajte uz pire.

Dobar tek!

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici