

Gulasz z indyka z warzywami



ANNA20



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Składniki na gulasz:

mięso gulaszowe z indyka	400 gramów
marchew	2 sztuki
seler	1/5 sztuki
pietruszka	1 sztuka
Sól ziołowa jodowana Prymat	do smaku
Pieprz czarny mielony Prymat	do smaku
Papryka słodka mielona Prymat	do smaku
cebula	1 sztuka
olej	do smażenia
woda	1,5 szklanki

Składniki na sos:

mąka	1 łyżka
woda	100 mililitrów

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Pierś z indyka umyć, osuszyć ręcznikiem papierowym i pokroić w kostkę. Posypać przyprawami i odstawić na chwilę.

- KROK 2 W tym czasie obrać marchew, pietruszkę, seler i zetrzeć na tarce o grubych oczkach.
Cebulę obrać i pokroić w małą kostkę.
Na patelni rozgrzać olej, dodać cebulę, zeszklić, dodać mięso i smażyć na rumiano.
- KROK 3 Wlać 1,5 szklanki wody i dusić około 20 minut. Następnie dodać warzywa i dusić kolejne 20 minut.
- KROK 4 Po tym czasie zagęścić sos wodą rozmieszaną z mąką. Wymieszać i zagotować.
Doprawić jeśli trzeba solą i pieprzem.