



## Guláš z kuřecích srdíček

Ingredience

kuřecí srdce: **300 g**  
mrkev: **1 ks**  
velká cibule: **1 ks**  
stroužky česneku: **1 ks**  
hladká mouka: **1 PL**  
gulášová paprika: **1 PL**  
drcený kmín: **1 KL**  
majoránka: **1 KL**  
bobkový list: **2 ks**  
sádlo: **1 PL**  
sůl  
pepř

**STUPEŇ ZDRAVOSTI:**

Zlatá střední cesta

**Srdíčka odblaníme a očistíme od tuku, cibuli nakrájíme nahrubo, mrkev na kostičky, česnek prolisujeme. Na sádle orestujeme cibuli do tmava, přidáme...**

## Guláš z kuřecích srdíček - recept

Srdíčka odblaníme a očistíme od tuku, cibuli nakrájíme nahrubo, mrkev na kostičky, česnek prolisujeme. Na sádle orestujeme cibuli do tmava, přidáme srdíčka, orestujeme, zaprášíme sladkou paprikou a zalijeme horkou vodou nebo kuřecím vývarem pouze tak, aby bylo vše ponořené. Přidáme česnek, bobkový list, kmín, trochu soli a pepře. Vaříme **asi 30 minut** při nízké teplotě, přidáme mrkev, mouku rozmíchanou ve vodě a ještě **asi 15 - 20 minut** provaříme.

**Guláš z kuřecích srdíček** se nakonec dochutí majoránkou, případně solí, pepřem a česnekem.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí