

Segedínský guláš ze sójového masa

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- majoránka 1 ks
- rajčatový protlak 70 g
- kysané zelí 500 g
- česnek 1 stroužek
- cibule 2 ks
- kysaná smetana 2 dl
- zeleninový bujon 1 kostka
- olej 1 ks
- kmín 1 ks
- mletá sladká paprika 1 ks
- sójové kostky 100 g

Doba přípravy: 90 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Dušení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Do 7dl vody dáme rozpustit bujon. Uvedeme do varu, přidáme sójové maso a vaříme 30 minut.

Na rozehřátém oleji osmažíme cibuli nakrájenou nadrobno, přikryjeme a 10 minut dusíme. Potom přidáme protlak, mletou papriku a opražíme. Přidáme okapané sójové maso, posypeme kmínem, majoránkou, osolíme a základ guláše dusíme 10 minut. Potom přidáme překrájené zelí, podlijeme trochou horké vody a společně dusíme 20 minut. Segedínský guláš ze sójového masa nakonec ochutíme prolisovaným česnekem a zalijeme kysanou smetanou.

Segedínský guláš ze sójového masa podáváme tradičně s houskovým knedlíkem.