

# ANIA STARMACH

## Zupa gulaszowa

### Co kupić?

- 700g mięsa wołowego
- 500g ziemniaków
- 500g pieczarek
- 150ml czerwonego wina
- 2.5l bulionu warzywnego lub wody
- 3 czerwone papryki
- 2 cebule
- 2 marchewki
- 2 korzenie pietruszki
- 2 ząbki czosnku
- 2 łyżki koncentratu pomidorowego
- 2 liście laurowe
- 1 łyżeczka ostrej papryki
- 1 łyżeczka słodkiej papryki
- 3 ziarna ziela angielskiego
- 2 łyżki oleju
- sól, pieprz

### Jak przygotować?

1. Mięso pokrój w średniej wielkości kostkę.
2. Pieczarki pokrój na ćwiartki (mniejsze sztuki na połówki).
3. W garnku o grubym dnie przysmaż pieczarki na oleju, po paru minutach przełóż je do miseczki.

# ANIA STARMACH

4. Do garnka dodaj odrobinę oleju, wrzucić pokrojone drobno cebule i czosnek, a po paru minutach mięso i przyprawy (słodką i ostrą paprykę). Smaż przez kilka minut, dodaj czerwone wino.
5. Po kilku minutach, gdy większość płynu wyparuje, do mięsa dodaj koncentrat pomidorowy, dokładnie wymieszaj. Dodaj bulion (ewentualnie wodę).
6. Dodaj obraną marchew i pietruszkę oraz ziele angielskie, pokrojoną paprykę i liście laurowe.
7. Zupę gotuj około 40 minut, dodaj wcześniej przysmażone pieczarki oraz obrane i pokrojone ziemniaki. Dopraw do smaku i gotuj przez 45 minut (lub nawet dłużej, ważne, aby mięso było miękkie).
8. Przed podaniem wyciągnij pietruszkę, nie będzie Ci już potrzebna. Marchew pokrój w plasterki i dodaj do zupy.