



Екзотичен гулаш с телешко и картофи

⌚ 40–50 Минути 

Подготовка

Съставки за 4 Порции

♦ = Kotányi Produkte

2 бр.	Лук
2	Скилигки чесън
3 бр.	Моркови
250 g	Картофи
5 бр.	Домати
1	Червена чушка
100 g	Гъби
500 g	Телешко за сотиране
2 с.л.	Доматено пюре
250 ml	Кокосово мляко
300 ml	Вода
1 с.л.	Оцет
1 с.л.	♦ Куркума, мляна
1 с.л.	♦ Червен пипер сладък, специален
1 ч.л.	♦ Люто чили
Щипка	♦ Джинджифил, млян
Щипка	♦ Морска сол
Щипка	♦ Черен пипер на зърна
	Соев сос
	Слънчогледово олио

- 1 Обелете и нарежете на ситно лука и чесъна. Обелете и нарежете на кубчета морковите. Обелете картофите и нарежете на големи кубчета. Нарежете на кубчета доматиите и чушката, след това нарежете гъбите наполовина.
- 2 Изплакнете телешкото със студена вода, подсушете с кухненска хартия и нарежете на кубчета по 2 см.
- 3 Загрейте тиган с 2 с.л. олио. Сотирайте месото, овкусете със сол и черен пипер и извадете от тигана. Добавете малко олио в тигана и запържете лука, чесъна и морковите. Добавете доматиеното пюре и подправките в тигана и запържете за няколко секунди. След това използвайте оцета, за да деглазирате тигана.
- 4 Налейте водата, след това добавете картофите, доматиите, чушката, гъбите и телешкото месо и оставете да къкри около 25–30 минути.
- 5 Добавете кокосовото мляко към гулаша, подправете със соев сос, морска сол и черен пипер и оставете да се редуцира за още няколко минути, ако е необходимо.
- 6 Сипете сготвения гулаш в чинии и сервирайте.

