

## Bográcsgulyás (gulyásleves csipetkével)



### Hozzávalók:

1 kg kicsontozott marhalábszár, 30 dkg vöröshagyma, 12 dkg füstölt szalonna, 1 púpozott evőkanál zsír, 4-6 gerezd fokhagyma, 1 kiskanál őrölt köménymag, 2 evőkanál pirospaprika, kb. 2 evőkanál só, 1 evőkanál sűrített paradicsom vagy 2-2 közepes nem csípős tévépaprika és paradicsom (esetleg 4 evőkanál házi lecsó), 1 kiskanál csípős Piros Arany vagy Erős Pista, 50 dkg sárgarépa, 25 dkg petrezselyemgyökér, 25 dkg zellergumó, 1,2 kg burgonya, 1-1 csokor petrezselyem és zellerzöld

a csipetkéhez:

1 tojás, csipetnyi só, 10 dkg finomliszt

1. A lábszárat kb. 2 centis kockákra, a hagymát finomra vágjuk. A szalonnát félcentes kockákra aprítjuk, bográcsba vagy fazékba rakjuk. A zsírt hozzáadva pirítani kezdjük. A hagymát rászórjuk, kevergetve megfuttatjuk, és rögvést rátesszük a húst is. Együtt pirítjuk 8-10 percig. Közben a fele pépesre zúzott fokhagymával és köménnyel fűszerezzük. A fele pirospaprikával meghintjük, 1 evőkanál sóval ízesítjük, a sűrített paradicsomot vagy a kis kockákra vágott paprikát és paradicsomot (lecsót) valamint a Piros Aranyat hozzáadjuk. Jól elkeverjük, kezdésnek 2 deci vizet öntünk alá. Leföldjük, és nem túl erős tűz fölött (a bográcsot feljebb emelve) a húst kb. 1,5 óra alatt majdnem teljesen puhára pároljuk. Közben néha megkeverjük, elfövő levét folyamatosan pótoljuk, így lesz majd sűrű saftja.

2. Ilyenkor elegendő idő van arra is, hogy elkészítsük a csipetkét. A tojást kissé felferjük, csipetnyit megsózzuk, majd a liszttel tésztává gyúrjuk, és apró, - a tarhonyánál éppen csak nagyobb -, darabokra tépkedjük, gömbölygetjük. A zöldségeket megtisztítjuk. A sárgarépát és a gyökeret karikákra, a zellert 1,5 centis kockákra, a burgonyát 2,5 centis kockákra, a petrezselymet és a zellert finomra vágjuk.

## Bográcsgulyás (gulyásleves csipetkével)

3. Amikor a hús szinte teljesen puha, a maradék fokhagymával és pirospaprikával fűszerezzük, a krumpli kivételével az összes zöldséget hozzáadjuk. Elkeverjük, 2,5 liter vízzel, - még jobb ha húslevessel -, fölöntjük. 1 evőkanál sóval ízesítjük, fél kiskanál őrölt köménnyel fűszerezzük, fél kiskanál csípős Piros Arannyal tüzesítjük. Lefödve további kb. 30 percig főzzük úgy, hogy 10 perc elteltével belerakjuk a krumplit és a csipetkét is.

10 főre

Elkészítési idő: kb. 3 óra

Egy adag: 502 kcal

A recept elkészítése [IDE KATTINTVA](#) a YouTube-on is megtekinthető.