



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

---

## Goulash de carne de vacuno

Dana Gulaş



500 gramos goulash de carne de vacuno  
1 cebolla grande  
1 tomate grande  
5 largos pimientos verdes  
1 cucharada de pasta de tomate  
7 cucharadas de aceite vegetal  
2 cucharadita de sal  
1 vaso de agua caliente

# Hash el goulash de carne de vacuno.

# Ponga el aceite vegetal en una olla, cuando se vuelve de color rojo-caliente agregar la carne, cocinar a fuego alto sin que cubre la tapa y revolviendo ocasionalmente.

# Cuando el agua comienza a evaporarse, añadir la cebolla finamente en dados, la combinación y la tapa de la cubierta.

# Retire las semillas de los pimientos y la rebanada. Cuando la cebolla se par cocido, agregar la pimienta rebanadas.

# Encienda el fuego a bajo, agregue 1 taza de agua caliente, la tapa de la cubierta. Cocine a fuego lento durante 25 minutos sin descubrir.

# Al final del tiempo, añadir la sal, cubra la tapa de nuevo, y cocinar durante unos 5-10 minutos más, retirar de la estufa.

# Cuando el vapor de la comida va fuera de la tapa, descubrir, y el lugar de la comida en el plato de servicio. Puede añadir fritas al servicio.

**Nota:** Esta receta es de Hungría.