

## SLOŽENÍ

- 1 balení Garden Gourmet Veggies kuliček
- 1 cibule
- 1 stroužek česneku
- 100 g mrkve
- 150 g fenyklu
- 150 g červené papriky
- olivový olej na smažení
- 2 lžičky sušené šalvěje
- 2 lžičky semínek fenyklu
- 1 sklenice bílých fazolí (500 g)
- 1 špetka soli
- 1 špetka černého pepře
- 1 plechovka nakrájených rajčat
- 1 hrst čerstvého špenátu



Vyzkoušejte tento fazolový guláš s našimi vegetariánskými kuličkami. Ideální pro chladný zimní večer!

## PŘÍPRAVA

### 1. Nakrájejte si zeleninu

Nakrájejte si nadrobno cibuli a česnek. Mrkev, fenykl a papriku nakrájejte na kousky. Fazole propláchněte a sceďte. Semena fenyklu nahrubo rozdrťte, aby se uvolnilo aroma.

### 2. Zeleninu orestujte

V kastrolu na oleji orestujte cibuli, česnek a polovinu fenyklových semínek a šalvěj, dokud nezezlátnou. Přidejte mrkev, fenykl a papriku. Ještě krátce restujte a přidejte nakrájená rajčata.

### 3. Přidejte fazole a opečte kuličky

Do kotlíku přidejte sklenici nakládaných fazolí, přiveďte celou směs k varu a vařte asi 10 minut na mírném ohni. Dochutěte solí a pepřem. Garden Gourmet kuličky rozpuťte nožem a opečte na troše oleje na pánvi dozlatova podle návodu na obalu.

### 4. Přidejte špenát, kuličky a je to!

Do směsi přidejte špenát. Pokud máte rádi guláš hustší, nechte za občasného míchání zredukovat všechnu přebytečnou tekutinu. Na závěr do směsi přidejte opečené kuličky, posypte zbylými fenyklovými semínky a můžete podávat! Bílé fazole můžete také nahradit cizrnou nebo část fazolí nahradit čočkou.

**NEJDĚTE VÍCE RECEPTŮ NA [GARDENGOURMET.CZ](https://gardengourmet.cz)**