

Gołąbki bez zawijania



IKRAKOWIANKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

mięso mielone z łopatki	1/2 kg
kapusta biała	40 dag
cebula	1 szt
ryż	1/2 szkl
jajko	1 szt
kasza manna	1/3 szkl
czosnek	2 ząbki
sól	do smaku
pieprz	do smaku
sos sojowy	do smaku
Bułka tarta klasyczna Prymat	1/2 szkl
Liść laurowy suszony Prymat	1 szt
angielskie ziele	5-6 szt
kostka rosołowa	1 szt
mąka pszenna	1 łyżka
śmietana	1 łyżka
koncentrat pomidorowy	2-3 łyżki
cukier	do smaku
olej do smażenia	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Do mielonego mięsa dodać drobno posiekaną cebulę, kapustę, ryż, kaszę manną, przeciśnięty przez praskę czosnek, jajko.
- KROK 2 Wszystkie składniki wymieszać, doprawić do smaku solą, pieprzem i sosem sojowym.
- KROK 3 Z masy formować owalne porcje, obtaczać w bułce tartej.
- KROK 4 Rumienić ze wszystkich stron na rozgrzanym oleju. Rumiane przełożyć do rondla, wlać 1,5 szklanki wody, dodać kostkę rosołową, liść laurowy, angielskie ziele. Dusić pod przykryciem około 40 minut. Do wywaru z mięsa dodać koncentrat pomidorowy, mąkę wymieszaną ze śmietaną, zagotować, doprawić solą, pieprzem i cukrem.
- KROK 5 Podawać z dodatkiem sosu pomidorowego.