

GOŁĄBKI Z FARSZEM ZIEMNIACZANYM I FRANKFURTERKĄ



GRAZYNA0211



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

kapusta biała	1 główka(mała)
ziemniaki	800 gram
cebula	1 szt
czosnek	2 ząbki
frankfurterki	150 gram
jajko	1 szt
mąka pszenna	2 łyżki
Przyprawa do ziemniaków i frytek Prymat	2 łyżeczki
sól	do smaku
olej rzepakowy	3 łyżki
bulion warzywny	1 litr
Pieprz czarny mielony Prymat	1 łyżeczka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Z kapusty wyciąć głąb, sparzyć ją w garnku z wrzącą i zdjąć liście. Następnie ze sparzonych i ostudzonych liści ściąć płasko nożem najgrubsze nerwy.
- KROK 2 Na patelni rozgrzać olej i zeszklić cebulę pokrojoną w kostkę gdy cebula jest już prawie gotowa dodać posiekane ząbki czosnku i wszystko razem smażyć jeszcze przez pół minuty.

- KROK 3 Obrane ziemniaki zetrzeć na tarce o grubych oczkach dodać zeszkloną cebulę z czosnkiem, jajko, mąkę pszenną, świeżo mielony czarny pieprz, przyprawę do ziemniaków oraz sól do smaku. Mieszając połączyć składniki farszu.
- KROK 4 Frankfurterki pokroić na około 7-8 centymetrowe kawałki. Ziemniaczany farsz nakładać porcjami w sparzone liście kapusty razem z kawałkiem frankfurterki i zwiąć gołąbki zakładając brzegi kapusty.
- KROK 5 Na dnie garnka położyć kilka liści kapusty a następnie ułożyć gołąbki. Zalać całość bulionem warzywnym, postawić garnek na małym ogniu i dusić gołąbki pod przykryciem przez 45 minut od zagotowania.
- KROK 6 Gotowe gołąbki podawać na ciepło same lub z dodatkiem sosu pomidorowego, grzybowego lub pieczarkowego. Smacznego.