

## Karkówka z kapustą kiszoną



### MAŁGORZATA82



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>kapusta kiszona</b>	1 kg
<b>sok pomarańczowy</b>	1 litr
<b>przyprawy</b>	
<b>ananas z puszki</b>	1 szt.
<b>karkówka</b>	1 bez kości

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Całą karkówkę przyprawić przyprawami, najlepiej na noc. Następnie wyłożyć do brytfanny, przykryć kapustą kiszoną i zalać ok.1 szkl. soku pomarańczowego. Dusić pod przykryciem ok.1,5 godz.Kapustę odgarnąć na boki. karkówkę naciąć na 2/3 grubości i między plastrami włożyć pokrojone w kostkę ananasy . Uzupełnić jeżeli mało wywaru sokiem z ananasa i jeszcze zapiec ok 20 minut. smacznego