

Mielone z młodą kapustą



JADWIGA/JAGA85



CZAS
PRZYGOTOWANIA
45 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

młoda kapusta	1 sztuka
marchew	2 sztuki
cebula	1 sztuka
olej do smażenia	
Liść laurowy suszony Prymat	2-3 liście
ziele angielskie	2-3 ziarna
Pieprz czarny Prymat w młynku	1 szczypta
Sól ziołowa jodowana Prymat	1 szczypta
bulion	1 szklanka
śmietana	1 łyżka
koperek	mały pęczek

Kotlety mielone:

mięso mielone wieprzowe	600 gram
bułka	1 sztuka
mleko	do namoczenia bułki
cebula	1 sztuka
jajko	2 sztuki
czosnek	2 ząbki
Pieprz czarny mielony Prymat	1 szczypta
sól do smaku	
olej do smażenia	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Cebule kroimy w kostkę i rumienimy na oleju. Kapustę szatkujemy. Marchew obieramy i ścieramy na tarce o grubych oczkach.
- KROK 2 Tak przygotowane warzywa dodajemy do zrumienionej cebuli. Całość podlewamy bulionem i dodajemy liście laurowe i ziele angielskie. Całość dusimy do momentu jak warzywa zmiękną. Doprawiamy do smaku. Do miękkich dodajemy śmietanę oraz koperek. Mieszamy.
- KROK 3 Na kapuście układamy usmażone kotlety mielone, przykrywamy całość i dusimy jeszcze około 5 minut.
- KROK 4 W trakcie jak kapusta się dusi przygotowujemy kotlety mielone. Cebulę kroimy w kostkę. Bułkę namaczamy w mleku. Mięso przekładamy do miski. Dodajemy do niego przeciśnięty przez praskę czosnek oraz przyprawy. Mieszamy dokładnie. W dalszej kolejności dokładamy pokrojoną cebulę, jajka oraz odcisniętą bułkę. Całość starannie mieszamy do połączenia składników. Ewentualnie doprawiamy do smaku. Z gotowej masy formujemy średniej wielkości kotlety.
- KROK 5 Uformowane obtaczamy w bułce i smażyemy na rozgrzanym oleju z obu stron do zrumienienia.