

Gołąbki pod beszamelem pomidorowym



AGNIESZKA_B



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

kapusta biała	1 szt.
mięso mielone	1 kg
ryż	20 dag
pomidory całe bez skórki	40 dag
mleko	150 ml
masło	3 łyżki
mąka pszenna	3 łyżki
koper świeży	pęczek
Zioła prowansalskie suszone Prymat	
sól	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Z kapusty wyciąć głąb, a następnie włożyć ją do gotującej, osolonej wody na 3 minuty. Wyjąć, zdjąć liście z wierzchu. Ponownie włożyć do wrzątku. I tak powtarzać tę czynność, aż wszystkie liście zostaną zdjęte.

Ryż ugotować na półtwardo, ostudzić. Dodać do mięsa mielonego razem z posiekany koperkiem. Przyprawić do smaku solą ziołową, czarnym mielonym pieprzem, ziołami prowansalskimi i przyprawą do mięsa mielonego. Wymieszać farsz. Na każdy liść kapusty nakładać porcję farszu, zawijać boki do środka, a następnie związać w rulon.

Dno garnka wyłożyć małymi liśćmi kapusty, które nie zostały wykorzystane do zawijania i na nich układać przygotowane gołąbki. Delikatnie podlać wodą i dusić pod przykryciem 40 minut.

W rondlu roztopić masło. Dodać mąkę pszenną i zasmażyć, uważając, aby się nie zrumieniła. Do rondla wlać mleko oraz dodać zmiksowane na gładko pomidory. Zagotować, cały czas mieszając. Przyprawić do smaku solą oraz pieprzem.

Przełożyć gołąbki do naczynia żaroodpornego naczynia. Zalać przygotowanym beszamelem i zapiekać 30 minut w temperaturze 180°C.