rolada w kapuscie



KLAUDIA007

CZAS PRZYGOTOWANIA
15 MIN

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

głowka włoskiej kapusty	
mielone mięso	40 dag
olej	1 łyżka
cebula	4 szt
marchew	2 szt
jajko	2 szt
sól, pieprz	
kminek	1 łyżeczka
bulion	1 szkl
mąka	1 łyzka
bułka czerstwa	2 szt

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kapustę obgotowujemy około 10 min. Następnie zdejmujemy liście i układamy jeden obok drugiego tak, by zachodzi8ły na siebie i tworzyły zwarty prostokąt. Dwie cebule , kroimy na kostkę, szklimy na rozgrzanym oleju. Bułki namaczamy i odciskamy. Mięso mieszamy z cebulą, kminkiem, jajkami i bułkami. Doprawiamy solą i pieprzem, Masę mięsną wykładamy na liście kapusty i zwijamy w roladę. Pozostałe cebule i marchewki obieramy, kroimy w kostkę. Roladę wkładamy do naczynia żaroodpornego. Polewamy bulionem, posypujemy cebulą oraz marchewką. Pieczemy 60 minut w piekarniku rozgrzanym do 180 stopni. Wywar zagęszczamy mąką rozrobioną w letniej wodzie. Doprawiamy do smaku.