

Gołąbki z młodej kapusty



MONIKA193



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

mielone mięso wieprzowe	500 gram
czosnek	1 ząbek
cebula biała	1 sztuka
olej	1 łyżka
posiekana natka	2 łyżki
posiekany szczypiorek	1 łyżeczka
Bułka tarta klasyczna Prymat	2 łyżki
dojrzałe pomidory	2 sztuki
oliwa	2 łyżki
sól i pieprz	do smaku
kapusta	1 młoda

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Zdejmij wierzchnie liście kapusty, usuń głąb, włóż główkę do dużego garnka. Zalej gorącą wodą, gotuj przez 5 minut. Podczas gotowania obróć kapustę, chyba, że cała jest w wodzie. Odcedź, przestudź, delikatnie zdejmuj liście. Cebulę i czosnek posiekaj, podsmaż na oleju, dodaj do mięsa z natką, szczypiorkiem i bułką tartą. Przypraw solą i pieprzem. Porcje farszu nakładaj na liście, zawijaj gołąbki. Pomidory sparz, obierz, pokrój. Naczynie żaroodporne wyłóż pozostałymi liśćmi, przełóż gołąbki, na nie kawałki pomidorów, skrop oliwą. Przykryj naczynie folią aluminiową. Piecz przez godzinę w temperaturze 190 stopni.