

Gołąbki Eli z sosem pomidorowym



ELI_555



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

duże kapusty białe	2 sztuki
olej roślinny	2 łyżki
mielone mięso	600 g
ryż	500 g
cebula biała	2 sztuki
czosnek	10 ząbków
jajko	2 sztuki
sól	do smaku
koncentrat pomidorowy	200 g
Kucharek przyprawa uniwersalna	do smaku
Przyprawa do zup i potraw Kucharek	do smaku
mąka pszenna	2-3 łyżki
olej do smażenia	
cebula	1 sztuka
Papryka ostra mielona Prymat	do smaku
Papryka słodka mielona Prymat	1 łyżka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ryż ugotować na sypko i ostudzić. Z kapusty wykroić głąb. Do wrzącej wody dodać olej, sól i włożyć kapustę. Rozdzielać poszczególne liście (olej to ułatwi) - środek kapusty z małymi liśćmi wykorzystać do ugotowania bigosu (przepis w mojej galerii). Liście pozostawić w lekko gotującej się wodzie aż zmiękną i wyjąć. Zciąć grube nerwy z liści. Do zimnego ryżu dodać mięso, jajka, posiekaną cebulę, przeciśnięty przez praskę czosnek (4 ząbki zostawić do sosu), przyprawy i dokładnie wymieszać. Farsz kłaść na liście kapusty i zwijać gołąbki. W brytfannie rozgrzać margarynę lub olej i obsmażyć gołąbki z obu stron. Obsmażone gołąbki podlać wodą, dodać sól, pieprz i dusić do miękkości.

Posiekana cebulę i przeciśnięty przez praskę czosnek przesmażyć na oleju, wlać 1.5 litra wody i zagotować. Dodać koncentrat pomidorowy (ilość według gustu), papryki w proszku, kucharka, sól i chwilę pogotować. Mąkę (ilość w zależności jakiego gęsty ma być sos) rozprowadzić wodą, wlać do sosu, pogotować i przetrzeć przez sito. Gołąbki ułożyć na talerzu i polać sosem pomidorowym. Smacznego!