Gołąbki z młodej kapusty z ryżem i mięsem

KUCHNIA MARTY

CZAS PRZYGOTOWANIA
1H

ILOŚĆ PORCJI
5+

SKŁADNIKI

Składniki:

mięso mielone wołowo-wieprzowe	1 kilogram
cebula	3 sztuki
jajko	1 sztuka
ryż basmati	200 gramów
olej	1-2 łyżki
cząber	1 łyżka
ząbki czosnku	2 sztuki
musztarda dijon	2 łyżeczki
sos sojowy	1 łyżka
sól	do smaku
Pieprz czarny mielony Prymat	do smaku
kapusta	2-3 główki (młoda)

Składniki na sos:

marchewka	1 sztuka
pietruszka	1 sztuka
seler korzeniowy	1/2 sztuki
cebula	2 sztuki
Liść laurowy suszony Prymat	2 sztuki
Ziele angielskie całe Prymat	2-3 sztuki
olej	2 łyżki

Bulion grzybowy	400 mililitrów
majeranek	1 łyżka
rozmaryn świeży	2-3 gałązki
sól	do smaku
Pieprz czarny mielony Prymat	do smaku
grzyby suszone	20 gramów

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Przygotowanie sosu:
Na tarce o dużych oczkach ścieramy marchewkę, pietruszkę i selera. Cebulę kroimy w kostkę. Warzywa podsmażamy na oleju, podlewamy bulionem, dodajemy liście laurowe, ziele angielskie, rozmaryn, majeranek i suszone grzyby. Doprowadzamy do wrzenia i gotujemy ok. 30 minut.

Przygotowanie gołąbków:
Z kapusty wycinamy głąb, zdejmujemy uszkodzone liście i blanszujemy/gotujemy kapustę we wrzątku przez ok. 10 minut. Wyjmujemy i odsączamy. Delikatnie zdejmujemy liście i ścinamy u nasady nożem gruby nerw. Ryż gotujemy według instrukcji na opakowaniu. Odstawiamy do ostygnięcia. Cebulę kroimy w drobną kostkę i podsmażamy na oleju. Do dużej miski przekładamy mięso mielone, ryż i podsmażoną cebulę. Dodajemy jajko, cząber, przeciśnięty przez praskę czosnek oraz musztardę i sos sojowy, wyrabiamy masę. Doprawiamy do smaku solą i pieprzem.

Na każdym liściu układamy po 2 łyżki nadzienia. Najpierw składamy boki to środka, a następnie zwijamy w rulon. Zawinięte gołąbki ciasno układamy w naczyniu żaroodpornym, podlewamy przygotowanym sosem i zapiekamy pod przykryciem w piekarniku nagrzanym do temperatury 180 stopni przez ok. 70-80 minut.

Gotowe gołąbki wyjmujemy, a powstały sos odparowujemy (ok. połowy) i ewentualnie doprawiamy do smaku solą i pieprzem. Jeżeli nasz sos nadal jest za rzadki należy zagęścić go łyżką mąki rozbełtaną w niewielkiej ilością wody i zahartowaną sosem, ewentualnie dodać odrobinę śmietanki 18% do zup i sosów.

Gołąbki podajemy polane sosem.