

Kapuściany gulasz z mięsem drobiowym



AGNIESZKA_B



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

białej kapusty	pół główki
pomidory	2
cebule	3
kurek	8
olej	do smażenia
indyk	60 dag

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Oczyszczone, umyte i osuszone mięso z indyka wymieszać z 4 łyżkami przyprawy do gulaszu. Przykryć folią do żywności i odstawić na 3 godziny w chłodne miejsce.

Na patelni rozgrzać olej i zeszklić na nim obrane, pokrojone w piórka cebule. Dodać obrane ze skóry i pokrojone na ćwiartki pomidory. Całość podsmażać około 10 minut. Dodać mięso i smażyć tak długo, aż będzie ono półtwarde.

W garnku zagotować szklankę wody. Dodać poszatowaną kapustę, posolić, posypać pieprzem, dodać liść laurowy i majeranek. Dusić kilka minut pod przykryciem. Do kapusty dodać zawartość patelni. Wymieszać, przykryć pokrywą i dusić całość około 20 minut. Podawać z ziemniakami lub ryżem. Smacznego:)