

Zapiekanka z kapusty włoskiej



R'N'G KITCHEN



CZAS
PRZYGOTOWANIA
POWYŻEJ 1H



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

Składniki:

kapusta włoska	1 kilogram
mąka	200 gramów
mleko 3,2%	250 mililitrów
jajko	2 sztuki
ząbki czosnku	3 sztuki
cebule	2 sztuki
boczek wędzony	200 gramów
natka pietruszki	1 pęczek

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kapustę pokroiłem na drobne kawałki, obgotowałem w osolonej wodzie ok 3 minut.

Piekarnik rozgrzałem do 180 stopni, naczynie żaroodporne nasmarowałem olejem i wstawiłem do piekarnika.

Cebulę posiekałem, zeszkliłem na oliwie, dodałem połowę boczku pokrojonego w kostkę oraz wyciśnięte ząbki czosnku. Wszystko poddusiłem.

W misce zmiksowałem: mąkę, jajka i mleko, aż powstała gładka masa. Dodałem resztę boczku pokrojonego również w kostkę oraz posiekaną natkę i podduszoną cebulkę z boczkiem i czosnkiem (bez nadmiaru tłuszczu). Wszystko dokładnie wymieszałem, doprawiłem solą i pieprzem.

Wyjąłem naczynie żaroodporne i na dno wylałem połowę ciasta, na to wyłożyłem kapustę, posoliłem. Następnie wylałem, a na nią pozostałą część ciasta.

Wstawić do piekarnika na ok. 35 minut.