

Ostry gulasz z młodej kapusty



AGNIESZKA_B



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

młodej kapusty	1 główka
mięsa gulaszowego	40 dag
pomidorów	2 szt.
cebuli	2 szt.
śmietanki 18%	80 ml
olej słonecznikowy	do smażenia

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso oczyścić i pokroić w dość dużą kostkę. Dodać świeżo mielony czarny pieprz, sól oraz 1 łyżeczkę ostrej papryki. Wszystko wymieszać i odstawić na dwie godziny do lodówki, aby mięso przeszło przyprawami.

Kapustę poszatковать, wrzucić do garnka, dodać soli i pieprzu, lekko podlać wodą i gotować około 5 minut.

Na patelni rozgrzać olej słonecznikowy, wrzucić cebulkę, drobno pokrojone pomidory i 2 łyżeczki ostrej papryki mielonej. lekko podsmażyć dodać mięso i podpiekać około 10 - 15 minut (w zależności od wielkości kawałków mięsa).

Mięso przełożyć do garnka z młodą kapustą, wszystko dokładnie wymieszać, dodać pokruszony liść laurowy, 2 ziarna jałowca, majeranek, ewentualnie doprawić solą i pieprzem. Dodać 3 łyżki koncentratu pomidorowego wymieszanego ze śmietanką. zagotować i gotowe.