

Kapusta duszona z pieczarkami



SMACZNAPYZA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

kapusta biała	1 kg
cebula	1 sztuka
pieczarki	kilka sztuk
marchewka	1 sztuka
seler korzeniowy	mały kawałeczek
koncentrat pomidorowy	1-2 łyżki
podgradle wędzone	2-3 plastry
cukier	1/2 łyżeczki
sól	1 łyżeczka
Pieprz ziołowy mielony Prymat	1 łyżeczka
mąka	1 łyżeczka
natka pietruszki	
lubczyk	1 łyżeczka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Wszystkie warzywa i grzyby oczyściłam dokładnie i optukałam. Kapustę poszatkowałam dość grubo i przełożyłam do garnka. Posypałam solą, cukrem i lubczykiem. Dolałam 1,5 szkl. wody i postawiłam na małej gaz - powinno się dusić pomału ok. 10 minut. Podgradle pokroiłam w słupki i wrzuciłam na suchą patelnię a gdy się wytopił tłuszcz a skwarki zrumieniły zdjęłam je na talerzyk. Na pozostały tłuszcz wrzuciłam pokrojone w półplasterki pieczarki, smażyłam chwilę mieszając aż się przyrumieniły. Dodałam posiekaną w kosteczkę cebulę oraz starte na na jarzynowej tarce 1 niedużą marchew i kawałeczek selera, smażyłam jeszcze chwilę razem aż warzywa zmięknęły. Na koniec oprószyłam mieszankę mąką i pieprzem, wymieszałam dokładnie i przełożyłam do garnka z prawie miękką kapustą. Dusiłam razem aż kapusta była miękka. Na koniec doprawiłam koncentratem pomidorowym - nie za dużo bo to nie ma być kapusta na pomidorowo, ale żeby lekko zakwasić potrawę. Podałam posypując obficie posiekaną natką pietruszki oraz skwarkami. Można podać jako dodatek do mięs, ale w/g mnie to raczej samodzielne danie. Kapusta będzie smaczniejsza jeśli po ugotowaniu odstawimy ją na min. 15 min.

