

Plněná kapusta mletým masem

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 60 minut

Postup přípravy

Maso umeleme najemno, přidáme rozmíchaná vejce, sůl, pepř, třený česnek, strouhanku, třetinu nakrájené cibule. Promícháme a rozdělíme na deset dílů. Hlávky kapusty spaříme, ochladíme vodou a rozebereme na jednotlivé listy. Do listů zabalíme připravenou směs z masa. Zbytek cibule osmažíme na tuku, přidáme závitky a dusíme asi půl hodiny. Pak závitky vyjmeme, šťávu zahustíme moukou, zalijeme vodou, rozšleháme a vaříme asi dvacet minut. Závitky šťávou přelijeme a přidáme na kousky nakrájenou slaninu a znovu chvíli podusíme. Vše dochutíme.

Ingredience

- **Cibule volná** - 96 g
- **Česnek** - 12 g
- **Kapusta biela** - 40 g
- **Jedlá sůl** - 12 g
- **Hovězí přední** - 280 g
- **Vepřové maso (kotlety)** - 100 g
- **Strouhanka** - 40 g
- **Staročeská slanina 1,9 kg** - 20 g
- **Pitná voda nesycená** - 520 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 2 g
- **Olej slunečnicový** - 20 g
- **Mouka hladká 1 000 g** - 20 g
- **Vejce** - 32 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

DIABETICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

