

Gołąbki z kaszą gryczaną



Autor: **GREGORSPEED**
Przepisów: **2331** Ocena: **51834**



> 6 os.



> 60 min



łatwe



tanie



Składniki:

- średniej wielkości kapusta włoska
- 500 g karkówki
- 300 g szynki wieprzowej
- duża marchewka
- 200 g kaszy gryczanej
- cebula
- 4 ząbki czosnku
- pęczek koperku
- 2 jajka
- łyżka ostrej musztardy
- liść laurowy
- kilka ziaren ziela angielskiego
- 300 ml bulionu warzywnego
- sól ,pieprz

Sposób przygotowania:

- 1 Kapustę sparzyłem ,ostudziłem i oddzieliłem liście. Zgrubienia z liści ściałem. Kaszę ugotowałem w osolonym wrzątku ,razem z listkiem laurowym i zielem angielskim. Na koniec wyjąłem liść laurowy i ziele angielskie. Kaszę opłukałem zimną wodą ,osączyłem i ostudziłem. Przełożyłem do miski. Mięso zmieliłem razem z cebulą ,czosnkiem ,marchewką i koperkiem. Masę przełożyłem do miski z kaszą ,dodałem jajka ,musztardę ,doprawiłem solą i dużą ilością pieprzu ,dokładnie wyrobiłem. Na każdy liść wyłożyłem farsz ,zwinąłem w rulony ,po czym oba końce wcisnąłem do środka. Brytfankę wyłożyłem liśćmi z kapusty ,na nie wyłożyłem gołąbki zalałem bulionem warzywnym ,zakryłem pozostałymi liśćmi ,wstawiłem do piekarnika rozgrzanego do temperatury 180 stopni C i piekłem przez godzinę. Podałem z sosem pomidorowym.

Twoje notatki do przepisu: