

Zapiekanka gołąbkowa



Autor: **kulinarneprzygody**
Przepisów: **265** Ocena: **12759**



3-4 os.



> 60 min



łatwe



tanie



Składniki:

- Mięso mielone 500 g
- ryż Basmati 200 g
- Kapusta biała 600g
- Cebula
- Jajko
- Majeranek łyżeczka
- Sól
- Pieprz
- przetarte pomidory w kartonie 500 g
- olej do smażenia

Sposób przygotowania:

1 -Kapustę poszatkować i gotować w osolonej wodzie przez 10 minut.

-Ryż ugotować.

- Cebulę pokroić w kosteczkę i podsmażyć do miękkości.

W misce wymieszać mięso mielone z ugotowanym ryżem jajkiem i podsmażoną cebulą. Doprawić majerankiem, solą i pieprzem.

Naczynie żaroodporne posmarować olejem na dnie ułożyć 1/3 kapusty następnie połowę farszu mięsno-ryżowego.

-Zalewamy połową pomidorów i układamy kolejną warstwę kapusty, mięsa i sosu.

-Na samą górę układamy ostatnią warstwę kapusty, która miesza delikatnie z pomidorami.

- Naczynie przykrywa.

- Pieczemy godzinę w piekarniku nagrzanym do 180 stopni. ostatnie 10 minut przed końcem pieczenia zdejmujemy pokrywkę.

Twoje notatki do przepisu: