

zapiekanka gołąbkowa



Autor: **tasty-and-fit**
Przepisów: **199** Ocena: **3202**



> 6 os.



> 60 min



łatwe



tanie

Składniki:

- 2 woreczki ryżu
- 0,5 kg mielonego mięsa
- mała kapusta
- passata pomidorowa
- przyprawy do mięsa mielonego
- można dodać jajko do mięsa mielonego lecz nie jest to konieczne

Sposób przygotowania:

- 1 Ryż gotujemy al dente. Mięso mielimy. Kapustę siekamy i gotujemy ok 5 min. Ugotowany ryż mieszamy ze zmielonym mięsem i doprawiamy ulubionymi przyprawami (u nas papryka słodka, czosnek, papryka ostra, majeranek, odrobina soli, pieprz). Naczynie żaroodporne smarujemy lekko tłuszczem. Na dno wykładamy 1/3 kapusty, na kapustę połowę mięsa z ryżem, mięso polewamy połową passaty pomidorowej, następnie 1/3 kapusty, drugą połowę mięsa z ryżem i na samą górę znowu kapustę. Całość polewamy passatą pomidorową.
- 2 Pieczemy pod przykryciem ok 1h i 15 min w 200 st. Smacznego!

Twoje notatki do przepisu: