

Gołąbki babci

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: [mimochodem55](#), dnia 28 Grudnia 2012r. o 16:55

Tagi: [gołąbki](#), [Polska](#), [polskie jedzenie](#), [kapusta](#), [obiad](#)

Rodzaj dania: [dania główne](#) [kuchnia regionalna](#)

Rodzaj kuchni: [polska](#)

Region pochodzenia: [cała Polska](#)

Rodzaj mięsa: [wieprzowina](#) [wołowina](#)

Składniki przepisu

Nazwa	Ilość	Miara	Kategoria produktu
kapusta	1	szt.	warzywa
wieprzowo-wołowe mięso mielone	0,5	kg	mięsa
ryż biały	150	g	dodatki
jajo kurze	1	szt.	nabiał
cebula	1	szt.	warzywa
koncentrat pomidorowy	100	ml	płynny i sosy
sól	do smaku	szczypta	przyprawy i zioła
pieprz czarny mielony	1	łyżeczka	przyprawy i zioła
liść laurowy	3	szt.	przyprawy i zioła
ziele angielskie	5	szt.	przyprawy i zioła

Opis

Przygotowanie kapusty do gołąbków:

1. Średnią wielkości kapustę myjemy z wierzchu. Zdejmujemy 2 wierzchnie liście i odkładamy. Z kapusty wykrajamy ostrym długim nożem trzon. Wkładamy ją do głębokiego garnka, zalewamy wodą, solimy 1 łyżkę.
2. Zagotowujemy wodę i następnie zmniejszamy ogień.
3. Po około 5 minutach próbujemy zdejmować wierzchnie liście kapusty (powinny być miękkie i łatwo schodzić z główki), następnie podgotowujemy znów trochę i ponownie zdejmujemy kolejne liście i tak aż do wyczerpania.

Przygotowanie mięsa do gołąbków:

1. W garnuszkach z osoloną wodą (pół łyżeczki), gotujemy ryż na sypko (możemy ugotować 2 torebki ryżowe lub 150 g ryżu sypkiego).
2. Do dużej miski wkładamy mięso mielone wieprzowo-wołowe, wbijamy 1 duże jajko, na tarce do buraków ścieramy cebulę i dodajemy do mięsa. Następnie dodajemy ostudzony ryż, przyprawiamy pieprzem mielonym i solą, dokładnie mieszamy ręką, aby wszystkie składniki się wymieszały.
3. Z przygotowanego farszu formujemy około 20-25 kotlecików.

Przygotowanie gołąbków:

1. Na każdy liść wkładamy kotlecik, następnie zawijamy do



środką boki liścia kapusty i zawijamy wzdłuż całej gołąbek.

2. Na dnie dużego garnka układamy wierzchnie liście kapusty (zdjęte na samym początku), następnie układamy gołąbki, jeden obok drugiego i kolejne warstwy, między gołąbki wkładamy liść laurowy i ziele angielskie.

3. Zalewamy wodą wymieszaną z koncentratem pomidorowym, tak aby przykryła lekko gołąbki i wstawiamy do gotowania. Gotujemy około 1 godziny na bardzo wolnym ogniu.

Dla ilu osób: 20

Danie dietetyczne: nie

Poziom skomplikowania: trudne do przygotowania

Czas przygotowywania: 2 godz. 0 min.

Cena:

Liczba kalorii: