
Kapuśniak z mięsem i ziemniakami

Dodano: 2010-01-01 17:43:12

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1755 razy.

40 dkg mięsa wieprzowego z kość mi albo 25 dkg kiełbasy
4 dkg słoniny
1 1/2 łyżki mąki
2 kg ziemniaków
75 dkg kapusty kiszzonej
sól
15 dkg marchwi
kminek
1 duża cebula

Mięso oczyścić , opłukać , obgotować i odcedzić . Kapustę pokrajać , marchew opłukać , oczyścić , zetrzeć . Zagotować 2 1/2 litra wody, włożyć mięso i kapustę, powoli ugotować w odkrytym naczyniu. Gdy mięso dogotowuje się, dodać marchew, część pokrajanej cebuli i dogotować . Gdy mięso jest już miękkie, wyjąć je, obrać z kości, pokrajać . Sporządzić zasmażkę z cebulą, tłuszcz stopić , włożyć cebulę i udusić do miękkości, dodać lekko zrumienioną mąkę, wymieszać , ogrzać i zasmażkę wlać do wrzącej zupy. Gdy zasmażka rozgotuje się, do zupy dodać soli, kminku. Ziemniaki ugotować osobno, wywar wlać do zupy, a ziemniaki wydać każdemu wprost do talerza z zupą. Porcja tej zupy jako posiłku jednodaniowego oblicza się na 3/4 litra.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD