
Kapuśniak po francusku 45 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1698 razy.

Kuchnia z szybkowaru

Około 50 dag świeżej kapusty,

1 kg bobu w strąkach;

2 marchwie,

2 rzepki (lub kalarepki),

2 goź dziki,

2 ząbki czosnku,

2-3 kartofle,

1 łyżka przyprawy "Jarzynka" lub "Vegeta",

50 dag solonej wieprzowiny,

1 komplet podróbek z gęsi bez wątróbki (skrzydła, szyja, nóżki itd.),

5-6 ziaren pieprzu,

2 l wody;

sól,

majeranek i listki bazylii do smaku

Wieprzowinę wymoczyć w zimnej wodzie w celu usunięcia nadmiaru soli. Bób wyłuskać, marchew oskrobać, rzepkę i kartofle obrać, wszystko umyć, pokroić w dość duże kawałki, kapustę poszatkować. Włożyć do szybkowaru, zalać wodą, dodać pieprz, goź dziki, czosnek, przyprawę do zup, podroby gęsie i mięso. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 45 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po tym czasie szybkowar otworzyć, mięso wyjąć, pokroić na porcje lub mniejsze kawałki i z powrotem włożyć do zupy; to samo zrobić z mięsem obranym z podróbek gęsich. Sprawdzić smak i ewentualnie dosolić, dodać majeranku i bazylii. Zupa powinna być gęsta; jeśli jest za rzadka - wrzucić kilka kawałków pokrojonej w kostkę czerstwej bułki, wymieszać i pogotować 2-3 minuty. Zupa ta może stanowić danie jednogarnkowe na obiad lub kolację.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD