

---

# Kapuśniak ze świeżej kapusty

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1706 razy.

50 dag świeżej kapusty,  
2 marchwie (15 dag),  
2 kalarepki (15 dag),  
1 duża cebula,  
1 goź dzik,  
1-2 ząbki czosnku,  
2 kartofle,  
10 dag skwarków, dowolnych mięs lub wędlin (z wyjątkiem kaszanki, kiszki pasztetowej i podgardlanej),  
1 łyżka smalcu;  
sól,  
pieprz do smaku

Kapustę drobno poszatkować . Tłuszcz rozgrzać w szybkowarze, przez kilka minut smażyć na nim kapustę, Pozostałe warzywa oczyścić , pokroić , wrzucić również do szybkowaru, zalać 1 litrem wody, dodać czosnek, sól, pieprz, goź dzik, i skrawki mięsa. Szybkowar zamknąć i ogrzewać 20 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. 40 min

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD