



Tekst i zdjęcie: **klaudiszja** - Szef Kuchni (905)

## **Młoda kapusta zasmażana**

Smaczna z ziemniakami.

**Czas przygotowania:** do 30 min

**Stopień trudności:** Łatwe

**Pora dnia:** Obiad

**Sposób przygotowania:** smażone

**Liczba porcji:** cztery

### **Składniki:**

- kapusta głowiasta biała , 1 szt.
- smalec, 1 łyżk.
- cebula, 2 szt.
- mąka , 1 łyżk.
- olej, 2 łyżk.
- sól, 0 szczypta
- pieprz, 0 szczypta

### **Sposób przygotowania:**

Kapustę oczyścić z wierzchnich i brzydkich liści, przekroić na ćwiartki i dokładnie umyć. Otrząsnąć z wody i grubo poszatkować (grubo to znaczy w paseczki ok. 7-10 mm szerokości). Przełożyć do rondla, dodać kminek i smalec, po czym podlać kilkoma łyżkami wody. Dusić pod przykryciem, aż zmięknie. Jeżeli cała partia nie mieści nam się w rondlu (mniej się nie mieści) to część kapusty poddusić przez chwilę i dodać resztę - tak mieszając, aby świeża wylądowała na dnie. Młoda kapusta szybko traci na swojej objętości, więc nie należy przejmować się jej chwilowym nadmiarem. W momencie, gdy kapusta się dusi obrać, umyć i pokroić cebulę w drobną kostkę. Podsmażyć na rozgrzanym na patelni oleju. Gdy delikatnie się zrumieni dodać mąkę i jeszcze chwilę przesmażyć, cały czas mieszając. Gotową mieszankę dodać do miękkiej już kapusty. Dokładnie wymieszać i doprawić solą i pieprzem. Potrzymać chwilę na delikatnym ogniu i skropić odrobiną soku z cytryny. Taka kapusta to naprawdę świetny dodatek do młodych ziemniaczków z koperkiem. Schabowy może być, ale nie jest konieczny. Jeśli jednak jest duszony z grzybami... to gorąco polecam ;)

