

Gołąbki z kaszą jaglaną, pieczarkami, marchewką



Składniki

8 szt. - kapusta liście
200 g - pieczarki
2 szt. - marchewka
2/3 szklanka - kasza
jaglana
1 szt. - cebula
150 ml - rosół
do smaku szczypta - chilli
do smaku szczypta - sól
do smaku szczypta -
pieprz
1 łyżka - natka pietruszki
siekana
3 łyżka - olej rzepakowy
4 łyżka - śmietana 30%

Opis wykonania

Gołąbki są jarskie, bez ryżu, a z powracającą do łask kaszą jaglaną, nie z mięsem – a z pieczarkami i tartą marchewką.

Ugotować 2/3 szklanki kaszy jaglanej z odrobiną soli i 1 łyżką oleju rzepakowego. Zajmie to ok. 15 minut, podczas gotowania mieszać od czasu do czasu, gdy czas minie zostawić kaszę pod przykryciem. Z kapusty wykroić głąb i sparzyć lekko kapustę. Liście rozdzielić. Ściąć delikatnie nerwy liściowe. Pieczarki posiekać, marchewkę zetrzeć na tarce jarzynowej i podsmażyć na 1 oleju rzepakowego, doprawić solą i chili. Wymieszać duszone pieczarki z marchewką, kaszą jaglaną i posiekaną natką pietruszki. Ewentualnie doprawić do smaku pieprzem, solą, wszystko dokładnie wymieszać. Każdy liść kapusty posolić, a następnie nakładać po ok. 1,5 łyżki farszu, zakładając boki liści do środka, a następnie zwinąć w rulon. Zrobić 8 gołąbków. Gołąbki ułożyć na patelni i podsmażyć delikatnie z obu stron na 1 łyżce oleju. Gołąbki zalać 1 szklanką rosółu, dodać 2 pieczarki pokrojone w plastry, dodać śmietanę. Przykryć pokrywką i dusić około 10 minut aż gołąbki będą miękkie. Posypać natką pietruszki. Gołąbki podawać ze świeżą bagietką.