

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.