

Gołąbki z kaszą gryczaną, boczkiem i suszonymi pomidorami



Składniki

1 szt. - główka białej kapusty
300 g - kasza gryczana prażona
100 g - wędzony boczek
2 szt. - cebula
1 szt. - ząbek czosnku
5 szt. - suszone pomidory z oliwy
1 szt. - pietruszka pęczek
1 szczypta - sól
1 l - bulion
500 ml - przecier pomidorowy

Opis wykonania

Gołąbki nie muszą być tylko z mięsem. Z kaszą są jeszcze pyszniejsze.

Kapustę w całości włożyć do garnka i gotować przez około 15 minut. Następnie wyjąć ją z garnka i delikatnie wyciąć głąb a liście oddzielić. Jeśli sprawia nam to trudność to kapusta musi jeszcze się pogotować, jeśli liście odchodzą bez problemu to znaczy że kapusta jest dobrze sparzona. Liście uszkodzone odłożyć na bok, przydadzą się później. Farsz: Kaszę gryczaną ugotować w osolonej wodzie przez ok 10 min. Odcedzić. Boczek i cebulę pokroić w drobną kostkę. Czosnek drobno posiekać. Pomidory suszone wyjąć z oliwy i też bardzo drobno pokroić. Rozgrzać patelnię, dać na nią boczek i usmażyć go na skwarki. Następnie dodać cebulę oraz czosnek, razem chwilę podsmażyć. Do wystudzonej kaszy dodać boczek z cebulą i czosnkiem oraz pokrojone suszone pomidory. Wymieszać, doprawić solą i pieprzem. Można dodać posiekaną natkę pietruszki. Na każdy liść kapusty nałożyć porcję farszu i zawinąć gołąbek. Duży garnek wyłożyć odłożonymi liśćmi kapusty, dzięki czemu w trakcie gotowania gołąbki nie przypalą się. Gołąbki układać ściśle w garnku, jedna warstwa na drugiej, na wierzchu położyć liście kapusty. Całość zalać bulionem z koncentratem. Dusić przez ok. 30-40 minut na bardzo wolnym ogniu.