

# Predvianočná zapekaná kapusta

**Počet porcií:** 4

**Čas prípravy:** 30 minút

**Bez lepku**

## Postup prípravy

Odkvapkanú kapustu podlejeme v kastróli vodou a prikrytú dusíme. Nadrobno nakrájanú cibuľu speníme na masť, pridáme pomleté mäso, papriku, korenie, soľ. Podlejeme horúcou vodou a prikryté dusíme. Ryžu premyjeme horúcou vodou, dáme do hrnca, zalejeme vodou, pridáme trochu masť, necháme ju povariť a dusíme domäkka. Do vymastenej zapekacej misky ukladáme vrstvy. Na dno tretinu udusenej kapusty, na to polovicu ryže a polovicu mäsa. Prekladanie zopakujeme. Vrchnú vrstvu tvorí kapusta. Povrch polejeme kyslou smotanou a zapečieme v rúre.

## Ingrediencie

- **Cibuľa voľná** - 50 g
- **Sadlo** - 50 g
- **Bravčové pliecko** - 400 g
- **Mleté čierne korenie** - 2 g
- **Kyslá kapusta** - 400 g
- **Paprika sladká mletá** - 10 g
- **Jedlá soľ** - 3 g
- **Ryža lúpaná 1 kg** - 80 g
- **RAJO Laktofree kyslá smotana 200 g 14%** - 200 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

**CELIATICA.SK**

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

