

# golabki z kasza gryczana, miesem i pieczarkami

Autor: **anetaa26**Przepisów: **168** Ocena: **4972**

3-4 os.



60 min



średnie



przystępne



## Składniki:

- kapusta włoska, 1 srednia glowka
- mieso mielone mieszane, 250- 300 g
- kasza gryczana, 70-100 g
- pieczarki, 4 duze
- cebula, 1 szt
- przecier z pomidorow, lyzka
- sol z pomidorow, ok pol szklanki
- sol, pieprz, wg uznania
- lyzeczka oleju, do posmarowania formy

## Sposób przygotowania:

- 1 Z kapusty delikatnie zdjac liscie, sprzarzyc je we wrztku, by zmiekle. Odlozyc do wystygnięcia i usunac twarde czesci. Mieso wlozyc do garnka, podlac odrobina wody, przyprawic i dusic na wolnym ogniu, az pusc sok. Dodac posiekana cebule, pokrojone w kostke pieczarki i przecier, dusic ok 10 min- az do odparowania soku z miesa i pieczarek. Odstawic do wystygnięcia. Kasze podgotowac (ok 5 min), odcedzic i wystudzic.
- 2 2-3 liscie pokroic w paski, wylozyc nimi spod natluszczonego naczynia zaroodpornego. Kasze przelozyc do masy miesno- pieczarkowej, wymieszac. Nakladac po 2 lyzki farszu na kazdy lisc kapusty (ilosc nadzienia zalezy od wielkosc liscia) i zwijac w golabki. Ukladac ciasno w formie jeden przy drugim. Naczynie przykryc folia aluminowa, wlozyc do piekarnika rozgrzanego na 170 stopni i piec ok 30 minut- po tym czasie zdjac folie i przelac golabki sokiem pomidorowym- zapiec ok 10 minut (juz bez przykrywania) w temperaturze 150 stopni.

## Twoje notatki do przepisu: