

Kapuśniak z kapustą kiszoną i kaszą jęczmienną.



Autor: **agnes72**

Przepisów: **699** Ocena: **4445**



5-6 os.



60 min



łatwe



tanie



Składniki:

- 0,5 szklanki kaszy jęczmiennej średniej (szklanka pojemność 210 ml),
- 6-8 ziemniaków w zależności od wielkości ziemniaka i gęstości zupy,
- 1 marchew 100 g,
- 2 porcje rosołowe kurze,
- 1 łyżka suszonych warzyw,
- 1 łyżka liści selera,
- 2 łyżki liści pora,
- 400 g kiszonej kapusty + 1 szklanka soku z kapusty,
- 1 łyżka cukru,
- 0,5 małej cebuli,
- 1,5 łyżki majeranku,
- 1 łyżka przyprawy z solą np. Vegeta lub ziarenka smaku,
- 5 ziarenek ziela angielskiego,
- 1 duży liść laurowy.

Sposób przygotowania:

- 1 Do garnka wlać 2 litry wody dodać umyte porcje rosołowe oraz marchew pokrojoną dowolnie. Gotować do miękkości porcji. Jak już porcje są miękkie wyjąć je z wywaru i ostudzić, w międzyczasie do wywaru dodać ziemniaki pokrojone w kostkę na ziemniaki wsypać kaszę, wsypać również suszone warzywa, ziela angielskie oraz liść laurowy. Gotować na średnim ogniu do miękkości ziemniaków i kaszy.



- 2 W czasie gotowania się wywaru z ziemniakami i kaszą dodać liście selera i pora i nadal niech się gotuje na wolnym ogniu. W międzyczasie z porcji oddzielić mięso od kości. Gdy ziemniaki i kasza są już dość miękkie wsypać oskubane mięso z porcji i chwilę zagotować.



- 3 Gdy już zupa z mięskiem oskubanym się pogotowała dodać kapustę kiszoną, sok z kapusty, doprawić do smaku przyprawą z solą, wsypać cukier oraz dodać cebulę pokrojona w drobną kostkę (cebula poprawia smak kapuśniaku). Gotować na wolnym ogniu do miękkości kapusty. Jak już kapusta jest miękka dodać majeranek, zagotować i zdjąć z ognia.



- 4 Ugotowany kapuśniak zawsze podaję z dużą ilością pieprzu ziołowego, podkreśla on smak kapuśniaku. W moim rodzinnym domu bardzo często jedliśmy zupy łączone. Kiedyś były biedniejsze czasy i zawsze mama kombinowała abyśmy byli najedzeni. Jeśli komuś nie pasują porcje czy kaszę można gotować bez tych składników. Ja często gotuję na porcjach ponieważ o wiele szybciej się gotują.



Twoje notatki do przepisu: