

Gołabki

data aktualizacji: 2020.07.06 autor: Beata Pierzchała



Składniki: 40 dag mięsa mielonego, 3 liście białej kapusty, 1 marchewka, 1 pietruszka , mała cebula, 1 jajko, 2-3 łyżki bułki tartej, sól , pieprz, 90 g koncentratu pomidorowego, 1 szklanka bulionu warzywnego, olej do smażenia, bułka tarta do obtoczenia.

Przygotowanie: Liście kapusty umyć i drobno poszatковать. Marchewkę i pietruszkę zetrzeć na tarce o drobnych oczkach, a cebulę drobno posiekać. Warzywa wymieszać z mięsem, jajkiem, bułką tartą i przyprawami. Z masy uformować podłużne kotlety i obtoczyć w bułce tartej. Obsmażyć na oleju z obu stron. Bulion warzywny zagotować z koncentratem pomidorowym. Dodać kotlety i dusić około 30 minut na wolnym ogniu.

Źródło: <https://zyrardow.eglos.pl/aktualnosci/item/36062-golabki>