

# Cuketové zelí



Obtížnost:     

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 15min  
Celkový čas: 30min , Porce: 4

**1100** kalorií , **0 g** cukrů , **110 g** tuků , **18 g** bílkovin

**Autor:** Jana Smidži

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/cuketove-zeli--2>

## Příprava

Cuketu oloupeme, vyjmeme jádra a nastrouháme na hrubém struhadle. Na oleji osmahneme nadrobno nakrájenou cibuli a anglickou slaninu, pak zaprášíme moukou. Přidáme nastrouhanou cuketu, ochutíme solí, pepřem, kmínem, cukrem a octem. Podlijeme trochou vody a dusíme. Stačí krátce - asi 10 až 15 minut, aby se cukety nerozvařily na kaši. Pokud máte rádi hutnější zelí, můžete zahustit trochou vody s rozmíchanou hladkou moukou. V tom případě ještě pár minut poduste, aby se vyvařila chuť mouky.



### Tip k receptu

Nejlépe k tomuto zelí chutnají brambory nebo bramborové knedlíky a výpečky z vepřového masa



## Ingredience

- ✓ 1 větší cuketa
- ✓ 1 cibule
- ✓ 15 dkg anglické slaniny
- ✓ 1 lžíce hladké mouky
- ✓ 1/2 dcl rostlinného oleje
- ✓ sůl
- ✓ špetka pepře
- ✓ 1 lžička kmínu
- ✓ 1 lžička cukru
- ✓ trošku octa

## Kategorie

Česká, Finančně nenáročná, Zelenina, Hlavní chod