

# Kapustovo - bramborové frikadelky



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 1h 0min  
Celkový čas: 1h 30min , Porce: 4

**886** kalorií , **1 g** cukrů , **31 g** tuků , **28 g** bílkovin

**Autor:** planeta

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/kapustovo-bramborove-frikadelky>

## Příprava

Řádně omyté brambory uvaříme ve slupce do měkka. Vychladlé je oloupeme a nastrouháme najemno. Kapustu omyjeme a listy zbavíme tvrdých řapíků, které krátce povaříme v mírně osolené vodě. Jarní cibulku a okapané listy nakrájíme najemno. Do mísy si dáme brambory, pokrájenou kapustu s cibulkou, 1 vejce, rozpuštěné máslo a prolisovaný česnek. Dle potřeby osolíme, opepříme a důkladně vše rukama prohněteme. Můžeme zahustit strouhankou. Navlhčenýma rukama tvarujeme karbanátky, které na pánvi na oleji zvolna z obou stran opékáme, lze použít i lívanečnick.



## Ingredience

- 200 g hlávkové kapusty
- 600 g moučných brambor
- 2 ks jarní cibulky
- 1 ks slepičí vejce
- 2 lžíce másla
- 3 stroužky česneku

## Kategorie

Obyčejný den, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Jídlo na každý den, Vegetarián, Hlavní chod, Příloha