

Zeleninové šátky



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 1h 0min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 1h 40min , Porce: 4

905 kalorií , **1 g** cukrů , **31 g** tuků , **20 g** bílkovin

Autor: pink.verca

Odkaz: <https://srecepty.cz/zeleninove-satky>

Příprava

Odstraníme zvadlé listy a oddělíme 8 největších. Omyjeme je, spaříme ve vroucí vodě a vykrojíme z nich nejsilnější část listových žebířů. Polovinu zbylého zelí nakrájíme nadrobno. Omyté brambory nastrouháme nahrubo a dáme do mísy. Bramborovou šťávu slijeme, k bramborám přidáme hladkou mouku, strouhanku, nadrobno nakrájený rohlík, prolisovaný česnek, pepř a sůl. Směs důkladně promícháme a zabalíme do zelných listů, které převážeme kousky plátýnka nebo gázou. Oloupanou cibuli nakrájíme nadrobno a necháme ji na oleji zesklivatět, pak na ni položíme zabalené šátečky a nakrájené zelí. Podlijeme půllitrem vody a asi půl hodiny pečeme v troubě rozehřáté na 180°C. Během pečení šátečky obrátíme. Hotové zelné balíčky vybalíme z plátýnka. Poté vlijeme do pekáče rozmíchaný rajský protlak a zakysanou smetanu, vše krátce povaříme.



Ingredience

- 1 hlávka hlávkového zelí
- 0,5 kg brambor
- 2 lžíce hladké mouky
- 2 lžíce strouhanky
- 1 rohlík
- 2 vejce
- 4 stroužky česneku
- 1 cibule
- sůl
- troška pepře
- 2 lžíce oleje
- 1 sklenka rajčatového protlaku
- 2 lžíce zakysané smetany

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Klasika, Rodina, Hlavní chod