

Kapustové karbanátky speciál



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 35min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 5min , Porce: 6

2087 kalorií , **1 g** cukrů , **184 g** tuků , **29 g** bílkovin

Autor: Roxana

Odkaz: <https://srecepty.cz/kapustove-karbanatky-special>

Příprava

Kapustu zbavíme ovadlých listů, opereme, spaříme vřelou vodou a buď celou nebo překrojenou napůl uvaříme skoro doměkka v osolené vodě. Poté ji nasekáme, nakrájíme na drobné proužky, či rozsekáme v robotu. V míse rozšleháme vajíčka se změklym máslem, solí, mletým kmínem a pepřem. Rohlík pokrájíme na kostičky a namočíme v mléku. Oloupanou cibulku nakrájíme na malé kousky, osmahneme jemně na másle, přidáme anglickou slaninu a uzené maso, vše nakrájené na jemné kostičky. Vše lehce vychladlé vložíme do mísy, dochutíme ještě dle chuti kořením, pořádně promícháme, upravíme konzistenci strouhankou a moukou na těsto, jehož hustota nám vyhovuje a jdeme smažit. Mokrou rukou vytvarujeme karbanátky, můžeme namočit do rozšlehaného žloutku - není to nutné - a obalujeme ve strouhance, kde se vši pečlivostí a trpělivostí láskyplně tvarujeme konečnou formu karbanátků, které jemně (nejraději dřevěnou lžící) vkládáme do rozpáleného tuku a smažíme jako řízek. Na talíři obložíme pokrájenou zeleninou, rajčaty, paprikou, okurkou....

Ingredience

- 1 středně velká hlávka kapusty
- 1 velká či 2 menší cibule
- 30 dkg uzeného masa
- 15 dkg anglické slaniny
- 1 vejce
- 1 rohlík
- 1 dcl mléka
- 15 dkg másla
- 3 lžíce strouhanky
- 4 lžíce hladké mouky
- 2 lžičky umletého pepře - barevný
- 2 lžíce soli
- 1 lžíce kmínu mletého

Kategorie

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

▫ Tip k receptu

Není příliš dobré vše mít rozsekané na malé kousky či na kaši. Kazí to chuť jednotlivých ingrediencí, kterou poznáte, když jsou větší kousky masa i kapusty. Dost kořením, kapusta vstřebává hodně do sebe, aby nebyly pak mdlé chuti. V každém případě se ale karbanátky pak pracněji tvarují a drží pohromadě, chce to už trochu cviku, ale jde to a výsledek za to stojí. Opatrně otáčet na pánvi, aby se nerozpadly! Smažím zásadně po vzoru své babičky na sádle, kterého dám hodně, vše je už vařené, čili karbanátky smažím na vysokou teplotu a nemusí se v tuku máčet dlouho. Vyndávám na kuchyňské papírové utěrky, které omastek vsáknou. Podáváme s brambory.

