

Dušené zelí na kyselo



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 45min , Porce: 4

770 kalorií , **0 g** cukrů , **41 g** tuků , **13 g** bílkovin

Autor: Milena

Odkaz: <https://srecepty.cz/dusene-zeli-na-kyselo>

Příprava

Cibuli nakrájíme a osmažíme do zlatova na roztopeném sádle. Zelí opláchneme a nakrájíme na nudličky. Přidáme k cibuli, podlijeme vodou, osolíme, ochutíme kmínem, přikryjeme pokličkou a dusíme 20-30 minut, dokud nezměkne. Vodu z větší části slijeme, přidáme ocet, cukr a dusíme za občasného míchání dalších 5 minut. Mezitím rozpustíme máslo, přidáme mouku a za stálého míchání osmažíme do hněda. Přidáme mléko a důkladně rozmícháme. Takto připravenou směs, za stálého míchání vlijeme do zelí a necháme projít varem. Zelí dochutíme dle vlastního uvážení.

Ingredience

- 500 g kyselého zelí
- 1 cibule
- 1 lžíce sádla
- 1 lžíce octu
- 1 lžička cukru krystalu
- 1 lžička kmínu
- sůl
- 50 g másla
- 2 lžíce hladké mouky
- 100 ml mléka
- 500 ml vody

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská,
Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina,
Klasika, Rodina, Příloha

