

Голубцы

Ингредиенты

- Капуста - средний кочан молодая рыхлая
- Свинина - 300 г нежирная мягкая
- Говядина - 300 г нежирная
- Репчатый лук - 2 шт средний
- Морковь - 4 шт средняя
- Болгарский перец - 2 шт
- Рис - половина стакана
- Укроп - пучок
- Кинза - пучок
- Петрушка - пучок
- Томатная паста - 2 ст.л
- Сметана - 400 г (20%)
- Сок - половина стакана томатный
- Бульон - 400 мл (или вода)
- Сахар - 1 ст.л
- Сливочное масло - 40 г
- Растительное масло - 5 ст.л
- Мускатный орех - половина ч.л
- Душистый перец - горошком
- Лавровый лист -
- Соль -
- Перец -



Рейтинг блюда: 5/5

Процесс приготовления

1

Приготовьте начинку: рис залейте водой в пропорции один к двум, дайте закипеть и варите под крышкой на тихом огне 12 минут, промойте. Мясо тщательно вымойте и пропустите через мясорубку или измельчите в блендере.

2

Лук нарежьте тонкими полукольцами, 1 морковь натрите на крупной терке. Обжарьте до мягкости на растительном масле. Соедините рис, фарш, пассерованные овощи, мускатный орех и часть измельченной зелени. Посолите, поперчите и тщательно promeshайте.

3

У основания кочерыжки аккуратно срежьте с капустного кочана листья. Срежьте выступающие толстые прожилки, чтобы голубцы получились нежнее. Варите капусту в кипящей воде 7 минут (берите кастрюлю побольше, чтобы не травмировать листья). Достаньте листья шумовкой, разложите на плоской тарелке и дайте остыть.

4

На каждый капустный лист выложите 2-3 ст. л. фарша, заверните в рулет или конвертиком. Разогрейте на плите сковороду с растительным маслом и подрумяньте голубцы.

5

Вымойте еще несколько капустных листьев, перцы, оставшуюся морковь. У перцев удалите плодоножки, семена, внутренние перегородки. Нашинкуйте их соломкой. Морковь натрите на крупной терке.

6

В отдельной миске смешайте соус: томатную пасту, сметану и сахар.

7

В глубокую посуду с толстым дном налейте полстакана томатного сока и 1 ч. л. растительного масла. Уложите на дно вымытые капустные листья, затем слой голубцов, на них слой нарезанных соломкой перцев, потом еще голубцы, затем слой моркови и добавьте партройку горошин душистого перца и лавровый лист. Сверху уложите еще один слой голубцов и залейте все соусом и бульоном.

8

Смешайте оставшуюся рубленую зелень со сливочным маслом и выложите на голубцы. Накройте посуду крышкой и поставьте на сильный огонь. Через 5-7 минут, когда посуда нагреется, уменьшите огонь и продолжайте тушить голубцы 35-40 минут. Подавайте горячими со сметаной.



Приятного вам аппетита :)