




Kapusta z fasolą

 Tylko z Natury


Polecane na: [danie główne, przystawki i przekąski](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 80 min

 łatwy

 8 porcji

Składniki:

kapusta kiszona bio- Bio Food - 1 kg

fasola biała bio - Bio Planet - 1/2 kg

cebula bio - 2 szt.

liść laurowy - 2 szt.

ziele angielskie - 3 szt.

majeranek - 1 łyżka

sól morską, pieprz czarny mielony - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Oplukać fasolę na sicie pod bieżącą wodą. Zalać wodą i odstawić na noc. Rano ugotować fasolę w świeżej wodzie (ok. 40 minut). Pod koniec gotowania osolić.

Kapustę kiszoną należy dobrze wypłukać pod bieżącą wodą, odcisnąć by nie była kwaśna.

Poszatkować. Włożyć do garnka, dodać troszkę wody, zeszkloną cebulę, liście laurowe, ziele angielskie oraz majeranek i gotować na wolnym ogniu co najmniej przez godzinę - aż kapusta będzie miękka.

Gdy kapusta będzie już miękka dodać ugotowaną fasolę. Wymieszać i gotować jeszcze chwilę, żeby smaki się połączyły, a fasola ogrzała. Doprawić solą i pieprzem.