




## Kapusta zasmażana

 Tylko z Natury

Polecane na:

Kuchnia (region): **polska**

### Warto wiedzieć:

 90 min

 łatwy

 1 porcja

### Składniki:

- kapusta kiszona - 1 kg
  - cebula - 2 szt.
  - oliwa - 3 łyżka
  - miód lub cukier - 1 łyżka
  - pieprz czarny w ziarnach - kilka
  - liść laurowy - 2 szt.
  - ziele angielskie - 3-4 szt.
- ZASMAŻKA -
- masło - 1 łyżka
  - mąka pszenna - 2 łyżka

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Kapustę kiszoną odsączyć z nadmiaru kwasu. Posiekać wedle uznania. Przełożyć do garnka, a następnie zalać wrzątkiem w taki sposób, aby woda przykryła całą kapustę. Do garnka dodać również posiekaną, zeszkloną cebulę, pół łyżeczki soli, miód, liście laurowe, kilka ziaren ziela angielskiego i podobną ilość zaiem pieprzu.

Następnie doprowadzić całość do wrzenia, zmniejszyć ogień i gotować kilkadziesiąt minut, aż kapusta będzie miękka.

Na patelni rozpuścić masło, dodać mąkę całość zasmażać mieszając na złoty kolor, a kiedy zasmażka nabierze ładnego złotego koloru wlać na patelnię chochelkę wody zaczerpniętej z gotującej się kapusty. Zasmażkę mieszać, aż do uzyskania jednolitej konsystencji, a następnie dodać zawartość patelni do gotującej się kapusty i całość starannie wymieszać. Na koniec przyprawić kapustę do smaku solą i pieprzem.