Młoda kapusta z czarną fasolką

Alicja

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 6 porcji

Składniki:

- młoda kapusta - 1 szt.
- fasolka czarna - 1 szklanka
- marchewka młoda - 2 szt.
- cebula - 1 szt.
- rodzynki - 1 garść
- glony kombu - 1 garść
- grzyby suszone borowiki - 1 garść
- pomidor - 1 szt.
- koncentrat pomidorowy - 4 łyżka
- liść laurowy - 2 szt.
- ziele angielskie - 4 szt.
- kminek - 1/2 łyżeczka
- majeranek - 1/2 łyżeczka
- sól - do smaku
- pieprz - do smaku
- olej do smażenia - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Czarna fasola wymaga wcześniejszego namoczenia, najlepiej na całą noc. Gotujemy fasolkę w 4 szklankach wody. Aby fasola była lekkostrawna do gotowania dodajemy wodorosty (glony kombu, uprzednio moczone 10 minut).
Fasolę gotujemy około godziny. Gdy fasolka jest miękka, solimy.

KROK 2: Namaczamy suszone grzyby.

KROK 3: Marchewkę obieramy i kroimy w cienkie talarki.
Cebulę kroimy w kosteczkę.
Rozgrzewamy olej na patelni. Kładziemy na niej cebulę i marchewkę. Dusimy 5-10 minut.

KROK 4: Do garnka wlewamy 3 szklanki wody, wkładamy poszatkowaną młodą kapustę, przekładamy cebulkę i marchewkę z patelni, dodajemy rodzynki i grzybki, a także przyprawy - ziele angielskie, liść laurowy, kminek, sól i pieprz.

KROK 5: Gotujemy wszystko około 20 minut. Kończąc gotowanie dodajemy pokrojony w kostkę pomidor (wcześniej sparzamy

i ściągamy skórkę). Dodajemy koncentrat pomidorowy i majeranek.
Odcedzoną czarną fasolkę dodajemy do ugotowanej młodej kapusty.
Potrawę możemy podać z posiekanym koperkiem.

Smacznego! ^^