




Bigos staropolski

 Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: [danie główne](#), [jednogarnkowe](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 200 min

 6 porcji

Składniki:

kiszona kapusta - 1,5 kg
biała kapusta - 1/4 szt.
cebula - 2-3 szt.
mięso wołowe - 500 g
mięso wieprzowe - 300 g
boczek wędzony - 250 g
kielbasa - 200 g

grzyby suszone - 3-4 szt.
śliwki suszone wędzone - 4 szt.
liście laurowe - 3-4 szt.
cukier - 1 łyżeczka
kminek - - łyżeczka
majeranek - 1 łyżeczka

Dodatkowe info:

Przepis na bigos staropolski. Jedyne co pominęłam w tym przepisie to słonina. Można jej dodać w ilości 250 g. Bigos gotowałam trzy dni. Od siebie dodałam kminek i majeranek. Taki bigos obecnie doskonale wpisuje się w dietę keto.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kiszoną kapustę umieścić na durszlaku i wypłukać (moja babcia moczyła kiszoną kapustę 12 godzin, ale to była kapusta kiszona przez nią i jak babcia mawiała miała dużo kwasu). Jeśli kapusta jest bardzo kwaśna można namoczyć na kilka godzin w garnku w wodzie, potem dobrze odcisnąć w rękach. Kapelusze grzybów umyć i namoczyć w wodzie ok. 1 szklanki, po 20 minutach namaczania ugotować grzyby przez 10 minut. Odstawić.

KROK 2: Kiedy kapustę kiszoną mamy przygotowaną do dalszego gotowania obrać cebulę i pokroić w drobną kostkę. Białą kapustę drobno poszatkować nożem lub na mandolinie. Rozgrzać trochę oleju dodać cebulę, białą i kiszoną kapustę. Obsmażyć całość od czasu do czasu mieszając. Podlać szklanką wody z grzybów oraz dodać przyprawy: ugotowane grzyby, liście laurowe, ziele i jałowiec i wędzone śliwki. Gotować do dwóch godzin. Zdjąć z kuchenki i wynieść w chłodne miejsce.

KROK 3: Drugiego dnia nastawić ponownie garnek. Na patelni zrumienić umyte, pokrojone w kostkę mięsa. Robić to partiami, aby mięso się zrumieniło, a nie ugotowało. Przełożyć mięsa do garnka z kapustą. Na patelni gdzie smażyły się mięsa usmażyć pokrojony w kostkę boczek. Całość dodać do kapusty i gotować dwie godziny na małym ogniu, mieszając od czasu do czasu. Następnie ponownie wynieść garnek w chłodne, a nawet zimne miejsce (najlepiej w mroźny dzień wynieść na taras, balkon).

KROK 4: Trzeciego dnia do gotującego się bigosu dodać usmażoną i pokrojoną w kostkę kielbasę. Doprawić pieprzem, cukrem i solą jeśli trzeba.

KROK 5: Bigos można też piec w piekarniku w żaroodpornym naczyniu. Wtedy wszystko robimy dokładnie tak jak pierwszego dnia. Drugiego dnia po dodaniu wysmażonych mięs, kielbasy i boczku wstawić naczynie żaroodporne z bigosem na 5-6 godzin do piekarnika i piec bardzo powoli (110 stopni) aby lekko "mrugał". Po tym czasie doprawiamy i mieszamy.