




Jarski obiad w stylu eko


 ŁukaszK

Polecane na: [danie główne](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 60 min

 1 porcja

Składniki:

młody ziemniak - 6 szt.

brokuł - 1

duszona kapusta - 150 g

cebula - 1 szt.

jabłko - 1 szt.

ocet jabłkowy - 1 łyżka

miód - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kapusta czerwona duszona: pokrojoną cebulkę przesmażyć na oleju, dodać do niej pokrojoną kapustę i starte jabłko. Dusić pod przykryciem do miękkości. Doprawić do smaku solą, łyżeczką octu jabłkowego i ewentualnie łyżeczką miodu lub cukru.