



Kapusta z grochem

 Tylko z Natury

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

 0 min

 łatwy

 8 porcji

Składniki:

groch żółty bio - Bio Planet - 200 g
grzyby suszone leśne - 20 g
kapusta kiszona bio - Bio Food - 500 g
cebula bio - 2 szt.
masło extra bio - Jasienica - 2 łyżka

ziemniaki bio - 5 szt.
soczewica czerwona bio - Bio Planet - 50 g
kostki warzywne bio - Rapunzel - 1 szt.
cukier trzcinowy, sól morską, pieprz - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Groch moczyć w wodzie przez około 12 godzin, następnie ugotować wraz z soczewicą, której nie moczymy. Grzyby namoczyć również ok. 12 godzin, pokroić na mniejsze kawałki i ugotować. Wodę z moczenia grzybów oraz gotowania zachować. Ziemniaki obrać i ugotować, odcedzić po czym ubić. Wszystko gotujemy oddzielnie. Cebulę oczyścić, pokroić w kostkę, zeszklić na maśle.

KROK 2: Kapustę odcisnąć, jeżeli jest bardzo kwaśna, ugotować w wodzie i odcedzić. Do gara z kapustą wlać wodę z grzybów oraz bulion warzywny przygotowany z kostki i gotować do miękkości (kapustę można również gotować w wywarze mięsny lub z dodatkiem mięsa wieprzowego).

KROK 3: Do kapusty dodać groch z soczewicą, ubite ziemniaki, grzyby i cebulę. Doprawić cukrem, solą i pieprzem, zagotować. Posypać szczypiorkiem.