




Zupa gołąbkowa z pulpetami z czerwonym ryżem

 Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: [zupa](#)

Warto wiedzieć:

 45 min

 4 porcje

Składniki:

młoda kapusta - 1/2 szt.
czerwony ryż ugotowany - 1,5 szklanka
cebula - 1 szt.
suszony czosnek - 1 łyżeczka
koncentrat pomidorowy - 2 łyżka
mięso mielone z udźca indyka - 500 g

liść laurowy i ziele angielskie - - kilka
pieprz mielony czarny - - do smaku
koperek - - do smaku
bulion warzywny - 1 litr
olej - - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Posiekać kapustę. Ugotować ryż i odcedzić. Chłodny ryż dodać do mielonego mięsa. Doprawić solą, suszonym czosnkiem i pieprzem. Wymieszać i uformować pulpety. W garnku na niewielkiej ilości oleju zeszklić cebulkę wlać bulion, włożyć pulpety i gotować kilka minut w międzyczasie dodać posiekaną kapustę, nakryć pokrywą i gotować 10 minut. Pod koniec dodać koncentrat pomidorowy i jeszcze gotować. Doprawić solą i pieprzem oraz koprem.