

(54) Kapusta Wigilijna z ziemniakami

Składniki:

1. 3kg kapusty kiszzonej
2. 2 paczki suszonych grzybów
- 3 1/2 oleju wigilijnego(rzepakowy)
4. Garść suszonych śliwek
5. 3 cebule (średnie)

Przygotowanie:

Grzyby gotujemy pokrojone, dodajemy śliwki + cebule, dodajemy też jarzynkę do wywaru dodajemy kapustę, która gotujemy do miękka. Na 15 min przed końcem dodajemy olej. Do gotowej kapusty dodajemy ugotowane ziemniaki polane olejem i posypane koperkiem. Danie gotowe. **SMACZNEGO !**

SYLWIA PACZÓSKA KLASA I La ZESPÓŁ SZKÓŁ MECHANICZNYCH RADZIEJÓW

(84) Kapusta z grzybami i krokietami orzechowymi

Danie to jest przykładem dobrej, tradycyjnej kuchni polskiej. Na pozór bardzo zwyczajne lecz dzięki krokietom staje się oryginalne i atrakcyjne. Rzadko dziś pojawia się na wigilijnym stole ale jest bardzo smaczna. Pozostałą po wigilii kapustę można nazajutrz odgrzać i podać do wieprzowej pieczeni. Będzie jeszcze smaczniejsza 1 kg kiszzonej kapusty(jeśli bardzo kwaśna, przepłukać) zalewamy 2 szklankami wody i gotujemy do miękkości.

Oddzielnie w niewielkiej ilości wody, gotujemy do miękkości 5-8 suszonych grzybów. Ugotowane grzyby kroimy na cienkie paseczki i wraz z wywarem dodajemy do kapusty. Kapustę podprawiamy jasną zasmażką z 2 łyżek masła i 1 łyżki mąki, dodając jeszcze jedna sporą, drobno pokrojoną i usmażoną w maśle na złoty kolor cebulę. Tak przyrządzoną kapustę solimy i pieprzymy do smaku i jeszcze przez chwile gotujemy, ponieważ potrawa powinna być gęsta.



Krokiety

30 dag świeżo ugotowanych, gorących ziemniaków utłuc na miazgę, dodać 10 dag zmielonych orzechów włoskich, 1 całe jajo, czubatą łyżkę tartej bułki oraz łyżkę najdrobniej posiekanej naci pietruszki. Posolić do smaku i ręką wyrobić na jednolitą masę. Formować małe krokiety, panierować je w jajku, bułce tartej, następnie usmażyć na maśle na złoty kolor. Gorącymi krokietami obłożyć kapustę i natychmiast podawać.

KOŁO GOSPODYŃ WIEJSKICH Z ROZDRAŻEWA PRZEWODNICZĄCA MARIOLA WOSIŃSKA

(99) Kapusta z fasolą i grzybami

- 1,2 kg kapusty kiszzonej
- 2-3 cebule
- 0,3 kg białej grubej fasoli
- 0,1 kg suszonych grzybów
- 3-4 liści lauowych
- sól, mielony pieprz
- kilka ziarenek ziela angielskiego



Fasolę zalać przegotowaną, zimną wodą i moczyć przez 12 godzin. Grzyby suszone umyć i zalać 4 szklankami wody, a następnie moczyć przez 3 godziny. Fasolę odcedzić, ponownie zalać wodą i gotować do miękkości. Grzyby ugotować w tej samej wodzie w której się moczyły. Kapustę kiszoną gotować w wywarze z grzybów, razem z zieleń angielskim, liściem lauowym i pieprzem przez około 1 godziny. Cebulę posiekać, zrumienić na maśle, dodać do kapusty. Kapustę połączyć z fasolą, ostrożnie wymieszać i gotować jeszcze przez 20-30 minut na małym ogniu, dodać paseczki grzybów, wymieszać, doprawić do smaku.

Zespół Szkół Usługowych w Ostrowie Wlkp. przy ul. Wolności 12

Przepisy opracowali: Paulina Blek, Aneta Nowacka, Michał Kubacki, Adam Paradowski,

(131) Tradycyjny groch z kapustą

0,2 kg niełuskanego grochu
0,5 kg kapusty kiszzonej
5 łyżek oliwy
liść laurowy
3 owoce ziela angielskiego
pieprz



Na 24 godziny przed Wigilią wsypać groch do miski i zalać zimną wodą. Następnego dnia wodę odlać, zalać nową i gotować do miękkości około godziny na małym ogniu. Kapustę pokroić dość drobno, dodać liść laurowy, ziele angielskie oraz oliwę. Gotować do miękkości, dolewając co pewien czas trochę wody.

Ugotowaną kapustę doprawić pieprzem do smaku. Groch połączyć z kapustą i wymieszać. Podawać na gorąco.

Zespół Szkół Usługowych w Ostrowie Wlkp. przy ul. Wolności 12

Przepisy opracowali: Paulina Blek, Aneta Nowacka, Michał Kubacki, Adam Paradowski,

(132) Łazanki z kapustą

1 kg kapusty białej
4 łyżki masła
2 cebule
Szlankanka i 4 łyżeczki mąki
5 jaj
łyżeczka przyprawy do makaronu
1/2 łyżeczki kminku
pieprz, sól, olej



Kapustę umyć, posiekać, ugotować i odcedzić. Cebule obrać, drobno pokroić, podsmażyć na 2 łyżkach masła. Kapustę wymieszać z cebulą, doprawić solą i pieprzem. Dusić pod przykryciem ok. 20 minut. Pod koniec duszenia dodać kminek. Ze szklanki mąki, 3 jaj, niewielkiej ilości i szczypty soli zagnieść ciasto. Cienko rozwałkować, pokroić w romby lub kwadraty i podsuszyć. Łazanki ugotować w osolonej wodzie, odcedzić, połać pozostałym masłem. Żaroodporne naczynie wysmarować olejem. Ułożyć warstwami łazanki i kapustę. Dwa jaja zmiksować z 4 łyżeczkami mąki i przyprawą do makaronu. Połać danie. Zapiekać w temp. 200°C przez 15 minut.

Zespół Szkół Usługowych w Ostrowie Wlkp. przy ul. Wolności 12

Przepisy opracowali: Paulina Blek, Aneta Nowacka, Michał Kubacki, Adam Paradowski,

(167) Kapusta z grzybami

Składniki:

- 0,5 kg kwaszonej kapusty,
- 1,5 szklanki wody,
- cebula,
- pół łyżeczki kminku,
- 100 g masła,
- 50 g suszonych grzybów,
- 2 łyżki oleju,
- sól, pieprz.

Sposób wykonania:

- Kwaszoną kapustę drobno pokrój (jeśli jest bardzo kwaśna, wcześniej należy ją przepłukać i odcisnąć), zalej niewielką ilością wrzącej wody, dodaj pół łyżeczki kminku i gotuj pod przykryciem, na małym ogniu, aż będzie miękka.

Dolanie umyte pod strumieniem bieżącej wody grzyby namocz, a następnie gotuj tak długo, aż będą miękkie. Wystudzone odcedź, a wywar zachowaj. Ugotowane grzyby pokrój w paseczki, połącz z kapustą i pozostałym wywarem. Cebulę obierz i pokrój w drobną kostkę. Następnie rozgrzej olej na patelni i podsmaż na nim cebulę na jasnożółty kolor, po czym przelóż ją do garnka z kapustą. Dodaj masło i pieprz do smaku. Wymieszaj. Gotuj wszystko jeszcze blisko 10 minut bez przykrycia – w ten sposób odparuje nadmiar wody. Od czasu do czasu wymieszaj. Kapusta z grzybami wyjątkowo zyska na smaku, jeśli dodasz do niej kilka suszonych śliwek bez pestek, wcześniej namoczonych, ugotowanych i pokrojonych w paseczki. Po dodaniu śliwek kapustę trzeba

dusić pod przykryciem na małym ogniu jeszcze kilka minut. Wigilijną kapustę z grzybami najlepiej przygotować nawet dwa-trzy dni wcześniej. Odgrzewane dania z kapustą są bowiem o wiele smaczniejsze.

Zespół Szkół Usługowych w Ostrowie Wlkp. przy ul. Wolności 12

Opracował: Patryk Precz, ul. Nowe Osiedle 38, 63-421 Przygodzice

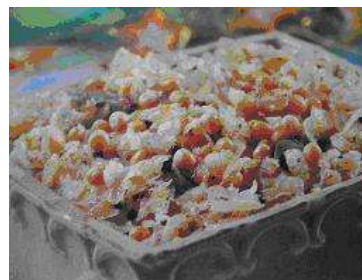
(174) Groch z kapustą

1,2 kg kiszzonej kapusty

1,2 kg grochu

0,25 kg masła

sól, pieprz



Groch wypłukać, zalać wodą i pozostawić na kilka godzin. Następnie ugotować go do miękkości. Kapustę kiszoną przepłukać wodą, ugotować. Groch wymieszać z miękką kapustą okraszoną masłem, przyprawić solą i pieprzem do smaku.

Zespół Szkół Usługowych w Ostrowie Wlkp. przy ul. Wolności 12

Marlena Słomiana

(175) Wigilijna kapusta z grzybami

1 kg kwaszonej kapusty

1 duża cebula

0,1 kg suszonych grzybów (kapelusze)

oliwa lub olej

1 szklanka mleka

1 łyżka mąki

sól, pieprz



Umyte grzyby moczymy w letnim mleku pół na pół z wodą (można poprzedniego dnia). Gotujemy na niewielkim ogniu, w płynie, w którym się moczyły. Gdy paruje, uzupełniamy wodą w takiej ilości, by było 1 i 1/2 szklanki płynu. Jeśli kapusta jest zbyt kwaśna, przelewamy na sicie wodą, rozdrabniamy, zalewamy ciepłą wodą, gotujemy nie dłużej niż 10 min, cedzimy na sicie. Cebulę drobno siekamy. Ugotowane grzyby odsączamy na sicie, kroimy w "makaronik", wywar odstawiamy. Na rozgrzanym tłuszczu podsmażamy cebulę, gdy się zeszkli, dodajemy mąkę, zasmażamy, aż się lekko zarumieni. Zasmażkę rozprowadzamy wywarem z grzybów, energicznie mieszając, by nie powstały grudki. Do zasmażki dodajemy grzyby, odsączoną kapustę, przyprawy, całość gotujemy przez około 30-40 min na bardzo małym ogniu. Podajemy do smażonego karpia lub wigilijnych pierogów.

Zespół Szkół Usługowych w Ostrowie Wlkp. przy ul. Wolności 12

Marlena Słomiana

(187) Surówka z kiszzonej kapusty

0,5 kg kapusty

0,3 kg marchwi

0,3 kg jabłek

0,1 l oliwy

1 cebula

cukier, pieprz



Kapustę kiszoną drobno pokroić. Marchew i jabłka umyć, obrać, opłukać i zetrzeć na tarce o dużych otworach. Cebulę obrać z wierzchnich liści, opłukać i drobno pokroić. Wszystkie składniki razem połączyć i dobrze wymieszać. Dodać oliwę, doprawić cukrem pieprzem do smaku. Podawać do ryb smażonych.

Zespół Szkół Usługowych w Ostrowie Wlkp. przy ul. Wolności 12

Katarzyna Barańska, Patrycja Bąk, Radłów, Agata Kubacka,

(238) Wigilijna kapusta z grochem

50 dag kwaszonej kapusty
3-4 suszone grzybki
1 szklanka grochu
1 średnia cebula
sól, pieprz, majeranek, 2 łyżki oleju słonecznikowego

Sposób wykonania:

Namoczony na noc groch ugotować w tej samej wodzie, dodając majeranek, sól, pieprz do smaku. Umyte i namoczone na noc grzyby zagotować, odcedzić. Kapustę drobno posiekać, zalać wywarem grzybów, dodać pokrojone grzyby; ugotować. Cebulę drobno posiekać, zeszklić na oleju, dodać do kapusty. Gdy kapusta i groch będą miękkie, połączyć ze sobą, wymieszać i jeszcze chwilę razem gotować.

Koło Gospodyń Wiejskich w Szurkowie

Maria Sikorska; Jeziorańska Małgorzata, Bystrzycka Alina



(274) Kapusta z grochem

Produkty: 2 kg kapusty białej, 0,3 kg grochu „Jaś”, 2 cebule 100 g margaryny, 1/8 szkl oleju, 1/4 szkl. mąki pszennej, sól, pieprz, liść laurowy, majeranek.

Wykonanie:

Groch namoczyć dzień wcześniej w wodzie z dodatkiem sody. Ugotować groch do miękkości.

Kapustę poszatkować i wrzucić do wrzącej wody, gotować bez przykrycia do miękkości. Cebulę obrać, pokroić w drobną kostkę, podsmażyć na 50 g margaryny. Miękką kapustę odcedzić, dodać 1,5 szkl. wody, olej, cebulę, groch i przyprawy, zagotować. Gotować przez 10 – 15 minut. Z pozostałej margaryny i mąki sporządzić jasną zasmażkę, dodać do kapusty, dobrze wymieszać i zagotować.

Zespół Szkół Ekonomiczno-Uslugowych w Żychlinie

(295) Kapusta z grochem

Składniki:

1 kg kapusty kiszzonej
50 dag łuszczonego grochu
cebula
ziele angielskie
liście laurowe
pieprz, sól

Sposób przygotowania:

Groch umyć i namoczyć na noc w letniej wodzie. Następnego dnia ugotować go w tej samej wodzie. Kapustę wypłukać drobno pokroić, zalać wodą, dodać przyprawy i gotować w odkrytym naczyniu przez około 45 minut. Dodać przesmażoną cebulę, przykryć i dusić pod przykryciem jeszcze około godziny minut. Groch wymieszać z kapustą i całość doprawić.

KGW Wtorek- Przewodnicząca Danuta Królak



(308) Kapusta z grochem

1 kg kiszzonej kapusty
2 szkl grochu
2 cebule
4 łyżki oleju
2 łyżki masła
sól, pieprz

Groch zalać 3 szklankami zimnej wody, odstawić na noc. Następnego dnia ugotować do miękkości w tej samej wodzie, w której się moczył. Dodać sól i pieprz. Ugotowany groch przetrzeć przez sitko. Kapustę drobno pokroić i ugotować. Cebulę posiekać i zeszklić na oleju. Do miękkiej kapusty dodać cebulę i groch. Wymieszać, dodać sól, pieprz i masło.

KGW Kielczewek

(312) Kapusta z grzybami

1,5 kg kiszzonej kapusty
10 dag suszonych grzybów
10 łyżek masła
sól, pieprz

Grzyby namoczyć, odstawić na noc. Kapustę pokroić, zalać wrzątkiem aby była przykryta. Gotować około 30 minut. Grzyby zagotować w wodzie, w której się moczyły. Wlać wraz z wywarem do kapusty, gotować do miękkości. Nadmiar soku odparować, wlać stopione masło, doprawić do smaku. Wymieszać i dusić kilka minut.

KGW Kielczewek

(321) Kapusta z grzybami i śmietaną

1 kg kiszzonej kapusty
5-6 suszonych grzybów
1 szkl. śmietany
sól 5 dag masła
łyżka mąki

Ugotować wywar z suszonych grzybów i zalać nim kapustę. Grzyby posiekać i położyć na wierzchu, posolić i gotować. Po 1 godzinie wlać śmietanę, zaprawić mąką z masłem, wymieszać, przykryć i dalej gotować, aż kapusta będzie miękka.

Maria Chudobska, Bojanowo

(338) Kapusta z grzybami

Składniki:

- 1 kg kiszzonej kapusty
- 10-15 dag suszonych grzybów
- 1 cebula
- sól, pieprz, mąka, olej, kilka suszonych śliwek bez pestek

Wykonanie

Kapustę ugotować na wolnym ogniu, przestudzić, drobno posiekać, grzyby umyć, wymoczyć, ugotować, pokroić, cebulę posiekać, podsmażyć, dodać do kapusty, przyprawić. Zaprawić kapustę zasmażką z mąki i łyżki oleju. Dodać śliwki, zagotować.

Barbara Bzik, Janków Przygodzki

(343) Kapusta z grzybami i masłem.

Składniki:

- ½ kg kapusty kiszzonej,
- ½ kostki masła,
- grzyby suszone, dowolna ilość,
- sól, pieprz do smaku.

Wykonanie:

Kapustę ugotować i odcedzić. Masło roztopić i dodać grzyby uprzednio wypłukane i podgotowane razem. Smażymy, następnie dodajemy do kapusty, mieszamy i prażymy jakiś czas, dodajemy trochę soli i pieprzu. Dawniej dodawano oleju zamiast masła.

KGW Duszniki Przewodnicząca KGW Aniela Wieczorek

(347) Zasmażana kapusta z grzybami

Składniki:

- cebula,
- 3dag. suszonych grzybów,
- 4 łyżki masła,
- 80 dag kiszzonej kapusty,
- listek laurowy,
- trochę jagód jałowca,
- sól,
- pieprz,
- cukier,
- łyżka mąki.

Przygotowanie:

Grzyby zalać 100ml ciepłej wody, odstawić, cebulę obrać, drobno posiekać, zeszklić w dużym rondlu na 2 łyżkach masła, wrzucić odcisniętą kiszoną kapustę, wlać pół szklanki wody, dodać przyprawę i dusić 20 minut pod przykryciem. Dodać grzyby wraz z wodą, w której się moczyły i dusić kolejne 20-25 minut. Doprawić do smaku. Na pozostałym maśle zrobić z łyżką mąki zasmażkę i dodać do kapusty. Ponownie zagotować.

KGW Modła Królewska_Przewodnicząca KGW Małgorzata Pomocka

(463) Kapusta z grochem

350 g grochu

1 kg kiszonej kapusty

20 dag ziemniaków

3 listki laurowe

4 ziarenka pieprzu czarnego

1 łyżeczka soli

1 łyżeczka pieprzu mielonego

Groch namoczyć w wodzie na noc. Kapustę kiszoną pokroić, włożyć do garnka i zalać zimną wodą (do połowy garnka). Dodać liść laurowy, ziele angielskie. Następnie dodać groch do kapusty. Gotować 1 godzinę na wolnym ogniu do uzyskania średniej twardości. Osobno ugotować ziemniaki i zetrzeć na tarce, dodać do gotującej się kapusty z grochem. Dodać szczyptę soli i pieprzu. Gotować jeszcze około 15 minut. Po ugotowaniu odlać nadmiar wody z kapusty i dokładnie wymieszać.

Jolanta Grzybowska, Janków Zalesny

(473) Kapusta kwaszona z warzywami i grzybami

1 kg kapusty kwaszonej, wypłukanej ugotować. Zetrzeć warzywa i wrzucić razem. Osobno ugotować grzyby suszone, uprzednio namoczone i wypłukane. Mogą być pieczarki. Grzyby przesmażyć z 3 cebulami średnimi. Popieprzyć, dodać trochę cukru do kapusty, jeżeli jest kwaśna. Grzyby połączyć z kapustą. Zrobić zasmażkę z masła lub oleju, wymieszać z kapustą i doprawić do smaku.

Kolo Gospodyń Wiejskich Jaroszewice Rychwalskie

