



Bulharská sarma

Ingredience

zelné listy: **8** ks
kysané zelí: **250** g
kečup nebo rajčatové pyré: **150** ml
rajský protlak: **2** PL
sádlo: **2** PL
smetana: **100** ml
Nádivka:
mleté maso: **150** g
rýže - hrnek: {0.5}
cibule: **1** ks
sůl
mletý pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Méně dietní, ale chutné

Rýži uvaříme a necháme vychladnout. Oloupanou cibuli nakrájíme nadrobno. Polovinu nakrájené cibule přidáme k mletému masu. Do masa vmícháme uvařenou rýži, osolíme a opeříme dle chuti. Zbytek cibule osmažíme dozlatova na sádle. Rozložíme si zelné listy, do kterých dáme trochu nádivky z masa a listy...

Bulharská sarma - recept

Rýži uvaříme a necháme vychladnout. Oloupanou cibuli nakrájíme nadrobno. Polovinu nakrájené cibule přidáme k mletému masu. Do masa vmícháme uvařenou rýži, osolíme a opepříme dle chuti. Zbytek cibule osmažíme dozlatova na sádle. Rozložíme si zelné listy, do kterých dáme trochu nádivky z masa a listy zabalíme. V případě, že se nám listy trhají, lehce je napaříme. Na plech dáme osmaženou cibulku, kysané zelí, malou plechovku rajského protlaku, smetanu ke šlehání a kečup nebo rajčatové pyré. Na to rozložíme listy naplněné masovou směsí. Pečeme v předehřáté troubě na 200 °C asi 30 minut. Bulharskou sarmu podáváme s pečivem.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí