

Zelňák

Kategorie: [Maso](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- maso vepřové mleté 400 g
- brambory vařené 1 kg
- zelí kysané 1 ks
- cibule 2 ks
- olej 1 lžíce
- kmín 1 lžíce
- vegeta 2 lžíce

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Na rozpáleném oleji (používám pánev wok, ale to není podmínkou) osmahneme cibuli nakrájenou na půlkolečka. Když zezlátne, přidáme mleté maso, lžici kmínu a za občasného míchání masíčko pěkně opečeme.

Když je maso propečené, přidáme dvě lžíce vegety a promícháme. Kdybychom vegetu dali hned, maso by se dusilo a ne peklo.

Ještě ti prozradím svůj fígl na zelí ze sáčku. Neproplachujeme ho, zbytečně bychom přišli o vitaminy. Já odstříhnu vrchní rohy, sáček otočím nad dřez a šťávu jen zlehka vymačkám. Když jí v zelí troška zbude, nevadí, naopak to dodá jídlu správnou chuť.

Zelí přidáme k masu do pánve, promícháme, aby se prohřálo, přidáme brambory a můžeme podávat.