

Ěervené zelí s katany a zeleninovým karbanátkem

Rozpis

Tvorba

Ěervené zelí nakrájíme a mírně orestujeme na oleji. Podlijeme vodou, okoŕíme a zaèneme dusit. Do dueného zelí vhodíme peèené katany a dovaíme. Po vychladnutí pŕidáme med. K pŕípravì zeleninového karbanátku musíme smíchat bílou mouku, práek do peèiva, koriandr, mletě kmín, kukuŕici, rostlinné mléko, sójovou zakysanou smetanu a ztvrdlě chleba. Karbanátky z této hmoty obalujeme v mouce a smaíme na oleji.