Recept na zelnou pečeni

https://varimesmarcelou.cz/hovezi-maso/recept-na-zelnou-peceni.html

Tento recept na zelnou pečení patří k tradiční kuchyni v kraji Oberfranken. Zelnou pečeni si určitě zamilujete i vy a zařadíte ji do svého rodinného repertoáru jídel z kysaného či hlávkového zelí. Není finančně náročná, je rychle připravená a velmi chutná.

Suroviny

- 500 g kysaného zelí nebo střední hlávka bílého zelí
- 1 větší cibule
- 300 g mletého hovězího masa (může být i jiné mleté maso)
- 100 g prorostlé slaniny nebo uzeného bůčku
- 5 tvrdších housek
- 4 celá vejce
- 1,5 dl mléka
- Sůl, pepř, kmín
- Sádlo a strouhanku na vymazání

Postup

Kysané zelí uvaříme al dente, slijeme zbylou vodu a nakrájíme na jemno.

Pokud použijeme čerstvé zelí, rozčtvrtíme ho, asi 15 minut povaříme, vychladlé a okapané rovněž nakrájíme na jemno.

Housky nakrájíme na malé kousky a pokapeme mlékem.

Rada: Housky by neměly být moc vlhké, aby se pokrm upekl do křupava.

Přidáme rozšlehaná vejce a vše dobře promícháme a necháme 1 hodinu odpočívat.

Mezi tím si cibulku a slaninu nakrájíme na drobno a s mletým masem osmažíme.



Směs pro pečení
Zdroj:Marcela Hackerová

Zelí a osmažené maso přidáme k houskám, osolíme, poprášíme pepřem a kmínem.

Dobře promícháme a vzniklou směs dáme do pekáče, který jsme si vymazali sádlem a posypali strouhankou.

Ideální vrstva na pekáči před pečením je cca 3 - 4 cm.



Před vložením do trouby
Zdroj:Marcela Hackerová

Pečeme při teplotě 180 °C cca 40 minut, pak snížíme teplotu na 150 °C a dopékáme ještě 10 minut. Povrch je krásně křupavý.

Něco navíc

S tímto velmi chutným a nenápadným pokrmem jsem se poprvé setkala při návštěvě Aše, kde probíhaly „Přeshraniční gastronomické slavnosti“.

K tomuto báječnému jídlu tam ještě podávali omáčku -dressing, kterou dělají ze zbylé vody z kysaného zelí s přidáním bílého vína, s jemně nasekanou a podušenou cibulí a vše zahustí moukou.

Na dochucení použijí – typicky francké: cukr, sůl, pepř, případně kysanou smetanu a podávají samozřejmě s bramborami.

Je to taková hustá omáčka na způsob koprové, ale s chutí zelí.

Pro začátek zkuste zelnou pečeni s kysanou smetanou a bramborami. Tato kombinace tvoří dokonalou chuťovou harmonii.