Kapusta s houbami a kuřecím masem, zapečená s palačinkovým těstíčkem

https://varimesmarcelou.cz/zeleninova-jidla-vc-vegetarianskych/kapusta-s-houbami-a-kurecim-masem-zapecena-s-palacinkovym-testickem.html

Kapusta s houbami, zapečená s palačinkovým těstíčkem, je syté a výtečné jídlo. V chladných zimních dnech vám přijde k chuti a dodá notnou dávku energie.

Na přípravu 4 porcí budeme potřebovat

- 400 – 500 g kapusty
- 2 větší cibule
- 2 kuřecí prsní řízky nakrájené na malé kousky
- 150 g nakrájených syrových hub (mohou být i zamražené)
- 3 polévkové lžíce řepkového oleje
- Plátek másla, silný asi 0,5 cm
- Sůl
- Citronový pepř
- Muškátový oříšek
- Mletou pálivou papriku nebo grilovací koření
- 3 polévkové lžíce strouhanky na pokrmu
- 2 velké stroužky česneku rozetřené se solí
- Tuk na vymazání zapékací misky
- Strouhanku na vysypání zapékací misky

Na palačinkové těsto si připravíme

- 250 ml vlažného mléka
- 100 g hladké mouky
- 2 celá vejce
- 50 g nastrouhaného sýra (Provolone, Pecorino, Chedar)
- 1 rovnou čajovou lžičku soli

Postup přípravy kapusty s houbami, zapečené s palačinkovým těstíčkem

Kapustu nakrájíme na nudličky a necháme ji 5 minut povařit ve vroucí vodě. Pak ji scedíme a necháme na sítku okapat. Přebytečnou vodu vytlačíme dlaní.

Prostornější zapékací misku vymažeme tukem (použila jsem sádlo) a důkladně vysypeme strouhankou.

Na pánvi rozpustíme 1/3 plátku másla a přidáme 1 polévkovou lžíci oleje. Cibuli nakrájíme na tenká kolečka nebo na měsíčky. Vhodíme ji do rozpáleného tuku na pánev a za občasného promíchávání ji smažíme do zlatova. Pánev odstavíme a cibuli přendáme na talíř.

Do téže pánve přidáme druhou třetinu másla, polévkovou lžíci řepkového oleje a nakrájené kuřecí

maso. Restujeme 5-7 minut. Maso musí být propečené. Pánev odstavíme. Maso osolíme, promícháme a přidáme na talíř k osmažené cibuli.

Do prázdné pánve nalijeme poslední lžíci oleje, přidáme poslední třetinu z připraveného másla a začneme opět zahřívat. Vhodíme houby a restujeme tak dlouho, až se z hub odpaří tekutina. Trvá to přibližně 10 minut. Houby osolíme a pánev odstavíme.

ZKUŠENOST: Pokud chcete proces smažení urychlit, použijte pánve dvě nebo tři.

Troubu předehřejeme na 190 °C. Horní i dolní ohřev.

Nyní si připravíme **palačinkové těsto**. Do misky nalijeme 250 ml mléka, přidáme rovnou čajovou lžičku soli, čtyři strouhnutí muškátového oříšku a 2 syrová vejce. Metličkou vše důkladně prošleháme. Kdo chce, může použít robot.

Mouku do mléka přidáváme za stálého prošlehávání postupně, až se nám vytvoří palačinkové těsto bez hrudek. Jako poslední do palačinkového těsta přidáme nastrouhaný sýr a promícháme.

Do prázdného hrnce, ve kterém jsme vařili kapustu, vyklopíme kapustové nudličky, přidáme osmaženou cibuli, kuřecí maso i s výpekem a houby.



Kapusta, maso, houby a cibule
Zdroj: Marcela Hackerová

Vše zasypeme 3 polévkovými lžícemi strouhanky a přidáme připravenou česnekovou pastu. Vše důkladně promícháme a ochutnáme, abychom věděli, kolik máme přidat soli, citronového pepře, pálivé papriky či grilovacího koření.

Chuť musí být vyvážená, ale v žádném případě mdlá.

Jako poslední do hrnce ke kapustě přilijeme palačinkové těsto a vše promícháme. Hotovým kapustovým těstem naplníme připravenou zapékací misku. Těsto stěrkou rovnoměrně rozprostřeme po celé ploše, ale zásadně neudusáváme. Mělo by být přibližně 4 cm vysoké.



Zapékací misku vložíme do vyhřáté trouby na 190 °C a pečeme 1 hodinu. Povrch upečeného pokrmu by měl být krásné zlatavý.

Moje babička vždycky říkala, pečeme do červena.

Podáváme samostatně se zeleninovým salátem. Já se přiznám, že k zapečené kapustě mám ráda vařené brambory.

