Kapustové lívance se slaninou a sýrem

https://varimesmarcelou.cz/slane-peceni/kapustove-livance-se-slaninou-a-syrem.html

Kapustové lívance se slaninou a sýrem krásné voní a ještě lépe chutnají. Mohou se jíst samostatně i jako příloha k masu, třeba uzenému. Pro mne to má ještě jednu velkou výhodu, lívance nejsou nasáklé tukem, protože na usmažení celé dávky spotřebujete jen jednu lžíci oleje.

Když vám na zahradě roste kapusta kadeřavá i růžičková v množství větším než velkém, snažíte se vymyslet, co z ní chutného připravíte.

Z lívancového těsta jsem už připravovala domažlický bacán, tak proč nepřidat místo brambor kapustu. Lívance jsou velmi chutné a je to příjemná změna. Jedla jsem je ještě druhý den studené a i tak byly výborné.

I vůně mohou klamat. Když zavřete oči a přivoníte k plnému talíři kapustových lívanců, čichové buňky vám vyšlou signál, že držíte talíř plný bramboráků.

Na přípravu 7 ks kapustových lívanců o průměru 15 cm budeme potřebovat

- 3 větší vejce
- 150 g mladých listů kapusty kadeřavé (můžete použít i hlávkovou)
- 50 g nastrouhaného tvrdého sýra s vyšším obsahem tuku (použila jsem sýr Provolone)
- 50 g slaniny nakrájené na kostičky
- 250 ml mléka
- 8 g kvasnic + špetku krupicového cukru
- 100 g hrubé mouky
- 50 g hladké mouky
- 1 stroužek česneku rozetřený se solí (lze přidat i více)
- 1 rovnou čajovou lžičku soli
- ½ kávové lžičky mletého černého pepře
- 1 polévkovou lžíci rostlinného oleje na smažení

Postup přípravy kapustových lívanců se slaninou a sýrem

Mléko ohřejeme, aby bylo vlažné. Odebereme asi 1 dl a nadrobíme do něj kvasnice a přidáme špetku krupicového cukru.

Necháme stát asi 10 minut. Potom kvasnice v mléce promícháme, aby se dokonale rozpustily.



Nasekaná uvařená kapusta kadeřavá
Zdroj:Marcela Hackerová

Mezi tím kapustové listy opereme a vložíme je do vroucí vody a necháme je povařit 2 minuty. Pak vodu scedíme a kapustu zalijeme ledovou vodou.

Můžeme přidat i pár kostek ledu. To je proto, abychom zastavili proces varu a kapusta neztratila svoji barvu. Po zchlazení přemístíme kapustu na sítko a necháme okapat.

Povařenou kapustu zchladíme v ledové vodě s několika kostkami ledu.

Do mísy, ve které budeme připravovat těsto na lívance nalijeme mléko, rozmíchané kvasnice a tři celá rozklepnutá vajíčka. Metlou vše prošleháme. Postupně, za stálého prošlehávání přidáváme po lžících obě mouky a čajovou lžičku soli.

Okapanou a vychlazenou kapustu nasekáme na malé kousky a přidáme ji do těsta na lívance.

Po kapustě nasypeme do mísy i kostičky slaniny, nastrouhaný sýr a rozetřený česnek. Přisypeme i ½ kávové lžičky připraveného mletého černého pepře. Vše prošleháme a promícháme.



Postup přípravy těsta na lívance
Zdroj: Marcela Hackerová

Těsto ochutnáme, zda je dostatečně slané. Já do těsta vždy zlehka namočím špičku ukazováčku a tu pak olíznu. Ale můžete použít i lžičku.

Pokud je těsto chutné, zakryjeme mísu utěrkou a necháme odpočívat.

Těsto na lívance necháme odpočinout minimálně 20 minut.

Připravíme si pánev, já nejraději smažím na litinové. Ale můžete použít tu, na kterou jste zvyklí.

Do talířku naliju jednu polévkovou lžíci rostlinného oleje. Zmuchlám jeden ubrousek, který namočím do oleje a potřu jím dno pánve. Tento postup nám zaručí, že lívance nebudou nasáklé tukem.

Pánev necháme rozpálit, ale když se dostatečně nahřeje, teplotu mírně snížíme, aby se nám lívance nepřipalovaly.



Obsah jedné naběračky těsta na pánvi
Zdroj:Marcela Hackerová

Naběračkou naléváme těsto tak, abychom vytvořili kulatou placku, přibližně o průměru 15 cm. Po každé straně opékáme 3 minuty. Upečený lívanec má zlatavou barvu.

Hotové lívance nemusíme prokládat papírovými utěrkami, protože lívance nejsou mastné.

Před pečením dalšího lívance vždy potřeme dno ubrouskem namočeným v oleji.

Kapustové lívance můžete jíst jen tak samotné, když vás „honí mlsná“, nebo se salátem či jako přílohu k masu na místo knedlíků.