

# GOŁĄBKI BEZ ZAWIJANIA

około 60 min

## Lista składników:

Gołąbki:

opakowanie mielonego mięsa z Kurczaka Zagrodowego

100 g ryżu

120 g kapusty pekińskiej

1 jajko

15 g bułki tartej

kilka gałązek koperku

sól i pieprz do smaku

10 g oleju do smażenia

Sos pomidorowy:

300 ml przecieru pomidorowego

10 g oliwy z oliwek

świeże oregano

sól i pieprz



## Obejrzyj film

### Sposób przygotowania:

1. W misce umieść mielone mięso z Kurczaka Zagrodowego, ugotowany ryż, posiekaną kapustę pekińską, jajko, bułkę tartą, koperek sól i pieprz.
2. Masę dokładnie wymieszaj, by wszystkie składniki się połączyły.
3. Formuj średniej wielkości, podłużne klopsiki.
4. Na dużej patelni rozgrzej olej. Przesmaż gołąbki po minucie z każdej strony, aż będą lekko rumiane, a następnie przełóż je do naczynia żaroodpornego posmarowanego olejem.
5. W małym garnku podgrzej oliwę. Dodaj przecier pomidorowy, świeże oregano, sól oraz pieprz i wymieszaj.
6. Gotuj sos przez kilka minut na małym ogniu, a następnie polej nim gołąbki.
7. Wstaw naczynie do piekarnika rozgrzanego do 180 stopni na 30 minut.
8. Podawaj z ulubionymi dodatkami. My polecamy młode ziemniaki z koperkiem i fasolkę szparagową.