



Kroupové rizoto s uzeným masem a kapustou

Ingredience

kroupy: **150 g**
uzené vepřové maso: **150 g**
kapusta: **100 g**
mrkev: **1 ks**
malá cibule: **1 ks**
stroužky česneku: **1 ks**
zeleninový vývar: **800 ml**
máslo: **1 PL**
olej: **1 KL**
čerstvá majoránka: **2 PL**
pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zdravé, neuděláte chybu

V hrnci na troše oleje rozpustíme máslo a necháme na něm zesklivatět nadrobno nakrájenou cibuli. Přidáme česnek a max. po 1 minutě kroupy, které...

Kroupové rizoto s uzeným masem a kapustou - recept

V hrnci na troše oleje rozpustíme máslo a necháme na něm zesklivatět nadrobno nakrájenou cibuli.

Přidáme česnek a max. po 1 minutě kroupy, které důkladně zamícháme, aby se **obalily tukem**. Orestujeme a zalijeme 1 naběračkou horkého vývaru. Vývar necháme odpařit a opět přidáme naběračku vývaru. Takto postupujeme až do změknutí krup. Množství vývaru je orientační, záleží na velikosti krup.

Z kapusty odstraníme tuhé stonky a **listy nakrájíme na proužky**, které spaříme ve vroucí vodě, prudce zchladíme studenou vodou a necháme okapat.

Uzené maso a mrkev nakrájíme na kostičky a na oleji opečeme na pánvi. Nakonec přidáme i spařenou kapustu, opepříme a společně prohřejeme. Sůl by neměla být potřeba, protože uzené maso je dost slané a osolený je i vývar.

Směs s masem vmícháme **asi 10 minut před koncem** vaření krup a přidáme ještě čerstvou majoránku. Použijeme-li sušenou, stačí přidat poloviční množství už s první naběračkou vývaru.

Kroupové rizoto s uzeným masem a kapustou můžeme na závěr posypat strouhaným parmezánem.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí