



Hozzávalók:

1 közepes vöröshagyma, 3 evőkanál olaj, 1 kiskanál jóféle pirospaprika, 50 dkg savanyú káposzta, kb. 1,5 liter víz, 1 mokkáskanál őrölt fekete bors, 1 kiskanál só vagy ételízesítő por, 1 babérlevél, 3 virsli, 2 dl tejföl, 2 evőkanál finomliszt (Graham-liszt vagy zabpehelyliszt is lehet)

1. A vöröshagymát megtisztítjuk, finomra vágjuk, és az olajon, közepes lángon megfuttatjuk, ez 2-3 perc. A tűzről lehúzzuk, a pirospaprikát belekeverjük. A savanyú káposztát néhány vágással fölaprítjuk, hogy szárai ne legyenek túl hosszúak, és a paprikás hagymába forgatjuk. (Nem kell kimosni!)
2. A vizet ráöntjük, megborsozzuk, megsózzuk, a babérlevelet beledobjuk. Nagy lángon fölforraljuk, majd lefödve, kis lángon kb. 35 percig főzzük. Akkor jó, ha a káposzta még egy kissé ropogós.
3. A virsli - miután héját lehúztuk - karikákra vágjuk, a káposztához adjuk, és 4-5 percig főzzük. Közben a tejfölt liszttel és fél deci vízzel teljesen simára keverjük, majd 2 merőkanálnyi forró levessel - pontosabban csak a levével - hígítjuk. Szűrőn keresztül egy mozdulattal a levesbe öntjük, azon a legkisebb csomó is fennakad. 2-3 percig forraljuk, ezalatt kissé besűrűsödik. Máris tálalható.

Jó tanács

- A levest egy púpozott mokkáskanál majoránnával és fél kiskanál csípős Piros Arannyal vagy Erős Pistával is fűszerezhetjük, amit a virslivel együtt teszünk bele. - Víz helyett a füstölt hús levében is készülhet, de ekkor óvatosan bánjunk a sóval, mert a füstöltlé eleve sós.
- Letakarva hűtőszekrényben 5-6 napig eláll.

6 főre

Elkészítési idő: 1 óra

Egy adag: 979 kJ/234 kcal • 7,4 g fehérje • 17,3 g zsír • 11,9 g szénhidrát • 1,9 g rost • 68 mg koleszterin