



Hozzávalók:

60 dkg borjúapróhús (comb vagy lapocka),  
1 kiskanál só, 1 nagyobb sárgarépa, 1  
közepes petrezselyemgyökér, 1 cikk zeller,  
1 kisebb vöröshagyma, néhány szem fekete  
bors, 10 dkg csiperkegomba, 3 dkg vaj, 20  
dkg kifejtett zöldborsó (fagyasztott is  
lehet), 1 kisebb csokor petrezselyem, 2  
csapott evőkanál finomliszt, 1,5 dl  
főzőtejszín

a velőgombóchoz:

3 zsemle, tej a zsemle áztatásához, 25 dkg  
borjúvelő, 1 kiskanál só, fél mokkáskanál

őrölt fekete bors, 3 tojás, 3 dkg vaj, 1 csokor petrezselyem, 15 dkg zsemlemorzsa

1. A borjúhúst 1,5 centis kockákra vágjuk, és kb. 5 deci vizet ráöntve egy lábasba töltjük. Ha fölforrt, leszedjük a habját, megsózzuk, és kis lángon kb. 40 perc alatt félpuhára főzzük.
2. Közben az összes zöldséget megtisztítjuk. A répát, a gyökeret meg a zellert csinos kis hasábokra (1,5×4 centis) vágjuk, a húshoz adjuk. A megtisztított hagymát meg a borsot fűszerzacskóba rakjuk, így tesszük a becsináltba, hogy az ízük kifőjön, de a végén eltávolíthatjuk. 20 percig főzzük, közben a gombát felszeleteljük, a vajon megpirítjuk, majd a borsót meg a fölaprított petrezselymet is hozzáadjuk. 2-3 percig együtt pároljuk, azután a zöldséges borjúhoz keverjük, együtt puhára főzzük.
3. A lisztet a tejszínnel meg egy kevés vízzel simára dolgozzuk, a becsinált levét ezzel sűrítjük. Velőgombóc illik hozzá köretnek.
4. Utóbbi úgy készül, hogy a zsemleket hideg tejbe áztatjuk, kifacsarjuk. A velőt tisztítás után leforrázzuk, lecsöpögtetjük, apróra vágjuk, és a zsemléhez adjuk. Megsózzuk, megborsozzuk, a tojásokat is beleütjük. A vajon a fölaprított petrezselymet megfuttatjuk, a morzsával kicsit tovább pirítjuk, majd a zsemlés velőhöz adjuk. A masszából nedves kézzel 20 kisebb gömböt formálunk, és enyhén sózott vízben kifőzzük. Akkor jó, ha feljött a víz tetejére, és még 4-5 percig főtt, de a biztonság kedvéért egyet vágjunk félbe.

4 főre

Elkészítési idő: 1 óra 35 perc

Egy adag: 1359 kcal