



Hozzávalók:

20 dkg szárazbab, 2-2 kis sárgarépa és petrezselyemgyökér, 60 dkg füstölt csülök, só, 2 babérlevél, 1 mokkáskanál őrölt kömény, 20-30 dkg savanyú káposzta, 1-1 zöldpaprika és paradicsom, 6 evőkanál olaj, 2 evőkanál finomliszt, 1 kisebb vöröshagyma, 2 kiskanál pirospaprika, 2 gerezd fokhagyma, 1 kiskanál Erős Pista vagy csípős Piros Arany, pár csepp ecet

a tálaláshoz:

tejföl

1. A főzést megelőző este a babot átválogatjuk, megmossuk és hideg vízbe áztatjuk. Másnap a vizet leöntjük róla, a babot pedig egy lábasha szórjuk.
2. A megtisztított vegyes zöldséget és a csülökhúst kb. 1,5 centis kockákra vágva hozzáadjuk. Vigyázva megsózzuk (a csülök is sós), a babérlevéllel és a köménnyel fűszerezzük, majd annyi hideg vizet öntünk rá, amennyi éppen csak ellepi. Nagy lángon fölforraljuk, majd ujjnyi rést hagyva leföldjük és kis lángon majdnem puhára főzzük. Ekkor az átmosott, kissé felaprított káposztát is beleforgatjuk, és együtt még kb. 30 percig főzzük. Közben a kis kockákra vágott paprikát és paradicsomot beledobjuk.
3. Amíg a hozzávalók puhulnak, egy serpenyőben rántást készítünk: az olajon megfuttatjuk a lisztet, a megtisztított és felaprított hagymát beledobjuk, 1-2 percig együtt sütjük. Az utolsó pillanatban a zúzott fokhagymát is hozzáadjuk. A tűzről levéve a pirospaprikát rászórjuk, elkeverjük, és hűlni hagyjuk. Ezután egy kevés vízzel simára keverjük, és a levesbe öntjük.

4. Még egyszer felforraljuk, az Erős Pistával tüzesítjük, ha kell utanasózzuk, végül néhány csepp ecettel pikánsra ízesítjük. Tálaláskor tejfölt kínálunk hozzá.

4 főre

Elkészítési idő: 2 óra + az áztatás

Egy adag: 694 kcal