



Hozzávalók:

1 szép fej kelkáposzta (1,2 kg), só, 2 fej (16 gerezd) fokhagyma, 4 nagy nyúlcomb, 4-5 evőkanál olaj, 1 mokkáskanál őrölt bors, 1 babérlevél, 1 csapott kiskanál morzsolt kakukkfű, 1 evőkanál finomliszt

1. A kelkáposztát megmossuk, foltos külső leveleit lefejtjük. Ezután félbevágjuk, torzsájától megszabadítjuk, majd ujjnyi széles laskákra vágjuk. Enyhén sózott, forrásban lévő vízbe szórjuk, de 2 percnyi főzés után leszűrjük.
2. A fokhagymát gerezdjeire bontjuk, és anélkül, hogy meghámoznánk, megmossuk, majd lecsöpögtetjük. A nyúlcombokat megsózzuk, az olajon körös-körül fehéredésig sütjük, lecsöpögtetve félrerakjuk.
3. A visszamaradó zsíradékban a fokhagymát 2 percig kevergetve pirítjuk, utána a kelt rádobjuk. Lefödve 2-3 percig pároljuk. Ekkor az elősütött nyúlcombokat beletesszük, megborsozzuk, a babérlevéllel meg a kakukkfűvel fűszerezzük, és kb. 2 deci vizet öntünk rá. Lefödve 25 perc alatt puhára pároljuk.
4. A lisztet egy kevés vízzel simára keverjük, és a kelkáposztás nyúlcombok levét ezzel sűrítjük. 2-3 percnyi forralás után tálalható, de nem árt neki, ha áll egy ideig, hogy ízei jól összeérjenek.

4 főre

Elkészítési idő: 1 óra

Egy adag: 465 kcal

Fokhagymás, kelkáposztás nyúlcombok

Italajánlat: száraz fehérbor, például Somlói furmint