



Zöldség rolád almás párolt savanyúkáposztával



Hozzávalók a roládhoz:

0,5 kg száraz kenyér
1 db tojás
2 – 3 db sárgarépa
25 dkg megtisztított
zöldborsó

25 dkg morzsolt kukorica
1 db zöld kaliforniai paprika
1 fej vöröshagyma
3 – 4 gerezd fokhagyma

20 dkg szeletelt bacon
1 kávéskanál só
1 kávéskanál őrölt bors
1 kávéskanál piros paprika

a káposztához:

1 kg savanyú káposzta
1 fej vöröshagyma
2 db sárgarépa
2 – 3 db alma
1 evőkanál olaj
Só, cukor

Elkészítés:



1 A savanyú káposztát átmoszuk és apróra vágjuk. Az összevágott hagymát az olajon kissé megpirítjuk, majd hozzátesszük a káposztát..



4 A kukoricát, zöldborsót, és a kockára vágott sárgarépát sós vízben blansírozzuk, majd a masszához keverjük. A hagymát és a fokhagymát konyhai aprítóval pürésítjük, és azt is a tálba tesszük.



2 Mikor már félig megpárolódott belekeverjük a reszelt sárgarépát és a kockára vágott hámozott almát. Fedő alatt puhára pároljuk, a káposztától függően, sózzuk, esetleg cukrozzuk.



5 Sózzuk, borsozzuk, megszórjuk a piros paprikával és jól összedolgozzuk. Legvégül óvatosan hozzákeverjük a kockázott kaliforniai paprikát.



3 A száraz kenyeret felkockázzuk és vízbe áztatjuk. Mikor jól megpuhult kicsavarjuk, elmorzsoljuk, vagy konyhai aprítóval esetleg húsdarálóval pépesítjük. Egy nagy tálba tesszük és hozzáadjuk a tojást



6 Egy sütőformát kibélelünk baconnal, beleöntjük a masszát, majd elsimítjuk, és a bacon szeletekkel betakarjuk. 200 C-os sütőben 35 – 40 perc alatt pirosra üttjük.



Előkészítés: 40 perc
Sütés: 35-40 perc

Kinél ne fordulna elő, hogy megmarad egy jó darab kenyér, és elkezd kiszáradni. Ne daráljuk le panírozáshoz, hanem legyen vacsorára egy zöldség rolád.

Bacon nélkül vegetáriánusoknak is tökéletes.