

Društvo gluhih in naglušnih Podravja Maribor

Kuharsko delavnico vodi: Mira Meš Pivec

Prostovoljci: Andrej Trifunovič

RIŽOTA Z ZELENJAVO IN MESOM ZELJNA SOLATA



Sestavine za 10 oseb:

2 kg riža
1 kg mesa (po želji)
3 – 4 sveže paprike
4 sveže korenčke
6 čebul
vegeta
sol in poper
mast ali olje

4 glave svežega zelja

PRIPRAVA: Pripravimo večjo široko posodo, vanjo damo 3 žlice masti ali olja. Čebulo olupimo in na drobno nasekljamo, damo v posodo z maščobo in rahlo prepražimo. Dodamo na drobno narezano meso in skupaj dušimo. Ko meso zadiši po pečenem, dodamo še riž, ki smo ga pred tem v topli vodi oprali in odcedili. Dodamo še narezano ostalo zelenjavo, vse skupaj solimo in popramo, zalijemo z vodo 2 x več kot imamo skupaj mesa in riža. Na počasnem ognju, pokrito s pokrovko dušimo do mehkega. Večkrat rahlo premešamo.

Za solato: Očistimo zelje in na tanko na rezance narežemo. Začinimo z oljem, kisom, poprom, soljo in kumino.

Dober tek!

