



DOMÁCE KAPUSTNÉ FLIAČKY OD HUGA







Ja neviem ako vy, ale ja mám najradšej bezmäsité jedlá s mäsovou prílohou. Kapustové fliacky milujem, ale vždy si k nim urobím aj kúsok krkovičky. Odporúčam vyskúšať! Fliacky môžete kúpiť aj hotové, ale na domáce nemajú. A nebojte sa vyrobiť si ich sami, je to jednoduché a rýchle!

Na fliacky budete potrebovať: (na 6 porcií)

300 gramov polohrubej múky (najradšej používam semolinovú múku)

1 vajce

soľ

trochu vody

Na kapustu:

500 gramov čerstvej kapusty

1 malú cibuľu

kmín celý aj drvený

trochu čierneho korenia

olej alebo masť

Postup:

Príprava kapusty je veľmi jednoduchá. Kapustu nakrájajte na tenké slíže. V hrnci na rozpálenej masť alebo oleji opražte na drobno nakrájanú cibuľku. Pridajte pokrúpanú kapustu. Pridajte soľ, korenie a kmín. Chvíľu opražte, potom zalejte trochu vody aby kapusta nebola suchá a duste pod pokrievkou cca 20 minút. Viac nie aby kapusta bola trošku chrumkavá.

Do veľkého hrnca dajte variť vodu s lyžicou soli.

Pokiaľ sa voda bude variť urobte si cesto na fliacky. V mise zamiešajte múku, soľ, vajce a trochu vody. Urobte tuhšie cesto. Cesto vytvarujte valčekom na tenký kruh. Priebežne pomúčte aby sa vám nelepilo. Nakoniec pomúčte celý kruh a krájajte široké pásy, ktoré potom naskladáte na seba. Porezte cesto na tenké pásiky, z ktorých potom nakrájate malé fliacky. Uvarte ich vo vriacej vode. keď budú všetky plávať na povrchu, sú hotové a môžete ich ocediť.

Teraz už len zamiešať kapustu s uvarenými fliackami a obed je pripravený. Ak máte chuť k fliackom pripraviť aj mäso, odporúčam bravčovú krkovičku. Len ju naklepte, posoľte, pridajte korenie a trochu červenej papriky. Obalte ju v hladkej múke a osmažte na panvici s rozpáleným olejom.



HOTOVO!

Dobrú chuť priatelia!

Váš Hugo

