



 190 de minute  4 portii

 Mediu

Ingrediente

Fasole alba - 300 de grame
Varza murata - 1 bucata
Ardei gras galben - 1 bucata
Ceapa - 1 bucata
Morcov - 2 bucati
Orez - 100 de grame
Suc de rosii - 1 cana
Pasta de tomate - 1 lingura
Cimbru - 1 ramura
Marar - 1 legatura mica
Sare Piper Foi dafin - 1 bucata

Mod de preparare

1. Alegi fasolea, o speli si o pui intr-un castron la inmuiat in apa rece, de seara pana a doua zi, cand se schimba apa si o pui la fiert. Dupa ce a dat in 2 - 3 clocote, schimbi apa din nou si o lasi sa fiarba in continuare pana se inmoaie bobul.
2. Alegi frunzele de varza, le tai cotoarele si le pui la desarat in apa rece. Ardeiul, spalat si curatat de cotor si de seminte, il tai cubulete, ceapa o toci marunt, iar morcovii ii dai pe razatoare. Intr-o tigaie pui ulei sa se incinga si adaugi ceapa la calit, apoi ardeiul si morcovul si amesteci pana ce se inmoaie bine legumele. Adaugi orezul spalat si 50 ml de apa si lasi sa se inabuse putin.
3. lei cratita de pe foc, lasi sa se raceasca bine compozitia si amesteci cu fasolea fiarta si scursa, cu pasta de tomate, cimbrul verde tocat marunt sau macinat, mararul verde tocat fin, sare si piper dupa gust. Pui cate o lingura din compozitie pe cate o frunza de varza si formezi sarmalele.
4. Cotorul verzei si frunzele ramase le tai julien si pui o parte pe fundul oalei. Asezi sarmalele si restul de varza taiata. Torni deasupra sucul de rosii si apa cat sa le cuprinda. Pui frunza de dafin rupta in bucati mai mici. Acoperi vasul si fierbi la foc mic circa 1 ora si jumatate.

Pofta buna!

Aceasta reteta provine do pe site-ul culinar Retetaperfecta.ro Gaseste-ne pe Facebook, la adresa: <https://www.facebook.com/retetaperfecta.ro>