Gołąbki z kaszą gryczaną i pieczarkami

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy
Czas przygotowania: 30 minut
Liczba porcji: około 16 gołąbków
Czas gotowania: 55 minut

Użyte akcesoria :

- nóż
- mieszadło
- tarcza
- koszyczek
- naczynie do gotowania na parze

Przygotowanie :

1. 60 g suszonych grzybów przesypać do miski, zalać je letnią wodą, odstawić na 30 minut.

2. W naczyniu miksującym umieścić koszyczek, wsypać 300 g kaszy gryczanej ciemnej, wlać 1200 g wody. Zamiast pokrywy zamontować naczynie do gotowania na parze, a w nim ułożyć 16 liści włoskiej kapusty, zakryć pokrywką. Opcja na parze, czas 20 minut.

3. Zdemontować naczynie do gotowania na parze, przy pomocy miarki wyjąć koszyczek z ugotowaną kaszą gryczaną, wylać wodę z naczynia.

4. W naczyniu miksującym zamontować nóż, dodać 70 g cebuli. Założyć pokrywę z zamkniętą zaślepką, posiekać cebulę. Czas 5 sekund, prędkość 5.
5. Zdjąć pokrywę, wyjąć nóż, założyć mieszadło. Do cebuli dodać 40 g masła, przy pomocy silikonowej łopatki zgarnąć cebulę ze ścianek naczynia. Założyć pokrywę z zamkniętą zaślepką, zeszklić cebulę. Temperatura 100°C, czas 3 minuty, prędkość 1.

6. Zdjąć pokrywę, wyjąć mieszadło, założyć ponownie nóż. Namoczone grzyby odcisnąć z wody, dodać je do cebuli. Założyć pokrywę z zamkniętą zaślepką, drobno posiekać grzyby. Czas 7 sekund, prędkość 5.
7. Zdjąć pokrywę, wyjąć mieszadło. Następnie zamontować trzpień, na niego tarczę do ścierania. Założyć pokrywę z popychaczem, zetrzeć 300 g pieczarek. Czas 40 sekund, prędkość 5.
8. Zdjąć pokrywę, tarczę do ścierania, wyjąć trzpień. Założyć mieszadło, wlać 40 g oleju, założyć pokrywę z otwartą zaślepką. Wszystko razem poddusić. Temperatura 100°C, czas 5 minut, prędkość 2.
9. Zdjąć pokrywę wsypać ugotowaną kaszę gryczaną, wsypać 5 g soli, pół łyżeczki czarnego mielonego pieprzu i 1 łyżeczkę majeranku. Założyć pokrywę z zamkniętą zaślepką, wszystko razem wymieszać. Temperatura 100°C, czas 5 minut, prędkość 3.
10. Zdjąć pokrywę, silikonową łopatką jeszcze raz dokładnie wymieszać cały farsz.
11. Na każdy liść kapusty włoskiej nakładać po około 2 łyżki farszu, liście zwijać w rulon jak gołąbki.
12. Do naczynia miksującego wlać 1000 g wody, założyć naczynie do gotowania na parze. W naczyniu ściśle obok siebie układać gołąbki, przykryć pokrywkę. Gołąbki parować. Opcja na parze, czas 20 minut.

Wskazówki :

Gołąbki można podać samodzielnie, bądź też polane sosem, np. grzybowym, pieczarkowym lub pomidorowym.