



całość 465 kcal  
porcja ok. 46 kcal

### \* Wigilijna kapusta z grzybami

**Składniki:**

1 g kiszzonej kapusty  
100 g suszonych grzybów  
1 duża cebula  
2 łyżki oleju  
4 ziarna ziela angielskiego  
8 ziaren pieprzy  
1 łyżeczka soli  
pieprz do smaku

Kapustę odcisnąć, zalać 2 szklankami wody i gotować do miękkości. Grzyby opłukać, zalać 1 szklanką wody, moczyć ok. 1 godziny a następnie ugotować do miękkości. Cebulę obrać, pokroić w drobną kostkę, zeszklić na oleju. Do cebuli dodać kapustę i grzyby razem z przecedzonym wywarem. Gotować do momentu aż cały płyn odparuje.



POTRAWA  
BEZGLUTENOWA



POTRAWA  
BEZMLECZNA



POTRAWA  
BEZ SOI



POTRAWA  
BEZ JAJEK



POTRAWA  
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA  
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA  
BEZ TLUSZCZY TRANS



POTRAWA  
BEZ CUKRU



POTRAWA  
BEZ CUKRU DODANEGO



POTRAWA  
WEGETARIANSKA



POTRAWA  
WEGANSKA



POTRAWA  
BEZ DROZDZY