

Magushapu jõulukapsas õuntega



Teistmoodi jõulukapsas õuntega

Kui otsid klassikalisele hapukapsale teistmoodi alternatiivi, siis proovi seda jõulukapsast õunte ja värsket kapsaga! Tegemist on kapsaroga, mis sobib ideaalselt nii jõululauale kui ka muul ajal prae kõrvale serveerimiseks. Maitseküllane, tervislik ja lihtsasti valmiv täistaimne roog, milles vaid 2 põhikoostisosa ning täiendava maitseüansi lisamiseks pisut maitseaineid. Tegemist on rooga, mis valmib praktiliselt ise! Lao koostisosad lihtsalt potti, varu pisut kannatust ja lase kapsa-õunasegul podiseda. Seejärel maitsesta ning kapsaröög ongi nautimiseks valmis!

Kogus: 4-6 kapsasõbrale

Valmistusaeg: 40 minutit

Raskusaste: kerge

Valmistamiseks vajad:

- 1 kg valget peakapsast
- 500 g puhastatud õunu
- 1-2 tl meresoola (või lisa vastavalt maitsele)
- 2-3 tl kookossuhkrut või vahtrasiirupit (või lisa vastavalt maitsele)
- 1 spl värskelt pressitud sidrunimahla
- 200 ml vett

Kuidas jõulukapsast valmistada?

Viiluta või riivi kapsas peenikesteks ribadeks, jättes juurikaosa välja. Seejärel asetage kapsaribad suuremasse potti ning vala sekka 2 dl kuuma vett. Segage ning lase kaane all 10-15 minutit podiseda. Kuni kapsas haudub, puhasta ja viiluta õunad õhukesteks viiludeks ning segage kapsa hulka. Lisa 2-3 tl kookossuhkrut või vahtrasiirupit, 1 tl soola ja 1 spl sidrunimahla, segage veelkord ning lase seejärel kaane all 30 minutit podiseda, aeg-ajalt segades. Jälgi, et kapsas poti põhja kinni ei hakkaks – lisa vajadusel veidi vett juurde. Kapsa valmides maitsesta soovi korral veel natukese kookossuhkru, soola või sidrunimahlaga ning lase enne serveerimist kapsal veel 20-30 minutit potis kaane all maitsestuda.