

Pasterska zapiekanka ziemniaczana Słambuc

Od XVII wieku Słambuc uważano za danie biedaków. Wszystkie składniki były łatwo dostępne, a danie można było przygotować nad ogniskiem w kociołku w niemal każdych warunkach.

SKALA TRUDNOŚCI:

Średnie

CZAS PRZYGOTOWANIA:

45 minut

LICZBA PORCJI:

6

SKŁADNIKI:

600 g wędzonego boczku
3 cebule
1 czosnek
4 garści domowych kwadratowych kluseczek (ok. 400 g)
sól
1 łyżka papryki w proszku
1 kg ziemniaków

PRZYGOTOWANIE:

1) Pokroić boczek w kostkę i drobno posiekać czosnek oraz

cebulę. Obrać, wypłukać i pokroić ziemniaki w małą kostkę.

2) Rozgrzać kociołek i przesmażyć boczek. Wyjąć go, kiedy się zrumieni.

3) Usmażyć na tłuszczu z boczku cebulę i czosnek, oprószyć mieloną papryką. Dodać ziemniaki i sól. Dodać nieco wody i gotować na wolnym ogniu, od czasu do czasu mieszając.

4) Gotować danie około 10 minut, a następnie dodać kluseczki i taką samą ilość wody. Dodać sól i pieprz i zamieszać. Od tej pory nie należy mieszać w garnku, tylko obracać go od czasu do czasu, aby ciepło równo się rozchodziło.

5) Kluseczki będą gotowe, kiedy zmiękną i wchłoną całą wodę. Trzeba uważać, bo danie to łatwo przypalić.

6) Przełożyć na talerze i podawać z podsmażonym boczkiem oraz szczypiorkiem.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera: 919 kcal, 20 g białka, 61 g tłuszczów, 70 g węglowodanów