

# Karbanátky z kapusty a cizrny se sýrem gouda a bramborovou kaší

🕒 35 minut

náročnost ●●○○

Vegetariánské karbanátky nejsou jen pro vegetariány. Vyzkoušejte je se sýrem Sýrařův výběr gouda, který jim dodá tu pravou chuť.



## Ingredience

(na 4 porce)

### Na karbanátky

- 0,5 kg růžičkové kapusty
- 100 g vařené cizrny
- 120 g Goudy ze Sýrařova výběru
- 1 česnek
- 1 vejce
- 20 g bramborového škrobu
- sůl
- pepř
- muškátový oříšek

### Na bramborovou kaši

- 700 g brambor
- 100 ml Jihočeského mléka
- 50 g Jihočeského másla

## Návod na přípravu:

Spařenou kapustu společně s Goudou a cizrnou nameleme v kuchyňském robotu. Smícháme s vejcem, bramborovým škrobem, ochutíme solí, pepřem a muškátovým oříškem. Vytvoříme karbanátky, které opečeme na tenké vrstvě oleje a dopečeme v troubě cca 15 minut při 180 °C. Brambory uvaříme v osolené vodě, rozmixujeme nebo rozšťoucháme, přidáme vlažné Jihočeské mléko a Jihočeské máslo, dochutíme solí a vymícháme v kaši.