VEGETARISK

Kåldolmar a la veggie

Kock: **Elisabeth Gabrielsson** Tid: **45 min** Portioner: **4-5**

Härliga vegetariska kåldolmar med lite av den klassiska smakbilden.

Fler och fler av oss äter mer vegetarisk mat och att testa att göra vegetarisk matlagning med köttklassiker som ursprung är en rolig utmaning och jag tycker att detta blev ett lyckat recept på en riktigt god kåldolme.

INGREDIENSER

45

1,2 kilo vitkål
75 gram smör
500 gram blomkålsris
2 stycken stora grovrivan morötter
1 stor finhackad gul lök
2 kryddmått finmald kryddpeppar
2 kryddmått finmald vitpeppar
1.5 tesked salt
100 gram tartex med örter
200 gram neutrala cashewnötter
50 gram ricotta
4-5 matskedar sirap eller mörk flytande honung
2 deciliter fullfet mjölk
1 deciliter vispgrädde
4-5 matskedar ljus soja

GÖR SÅ HÄR

1. Börja med att ta bottenstocken från vitkålen och koka kålen i rikligt med vatten i en stor kastrull med lite salt tills kålbladen lossar lätt.Sätt ugnen på 200 grader.Stek lök, hälften av blomkålsriset, morötter, salt och kryddor i cirka 15 minuter eller tills det har mjuknat helt.Mixa cashewnötter, ricotta och tartex.

2. Blanda sedan i blomkålsfräset och de kvarvarande 250 gram blomkålsris.Lägg en lagom klick av smeten i ett vitkålsbld och vik över basen och sedan sidorna och vidare rulla ihop till en dolme.Lägg dolmarna i en ugnsform och ringla sirap över.

3

Tillaga i ugnen i cirka 15-20 minuter och häll över grädde, mjölk och soja och låt gå vidare i ugnen cirka 10 minuter till.Servera med kokt potatis och lingonsylt.