




## Gęś w kapuście

Gęś w tradycyjnej odsłonie

 Czas na High: 5

 Czas na Low: -

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 30

### Składniki

- - gęsie udka 4szt,
- - kapusta główka 1szt pokrojona w plastry,
- - tłuszcz z gęsi 1 łyżka,
- - majeranek 1 łyżka,
- - mąka 1 łyżka,
- - jabłka 2szt obrane i starte na tarce,
- - woda 200ml,
- - sól do smaku,
- - pieprz do smaku.
- 



### Wykonanie:

Gęsie udka posól i popieprz, oprósz w mące a następnie przesmaż na patelni gęsim tłuszczu. Zawartość patelni przełóż do miski wolnowaru Crock-Pot, dodaj majeranek, kapustę i zalej wodą. Gotuj na poziomie High przez 4-5 godzin. Gdy udka będą miękkie dołóż starte jabłka i na tym samym poziomie temperatury gotuj przez kolejne 30 minut. Idealnie smakują z kluskami.