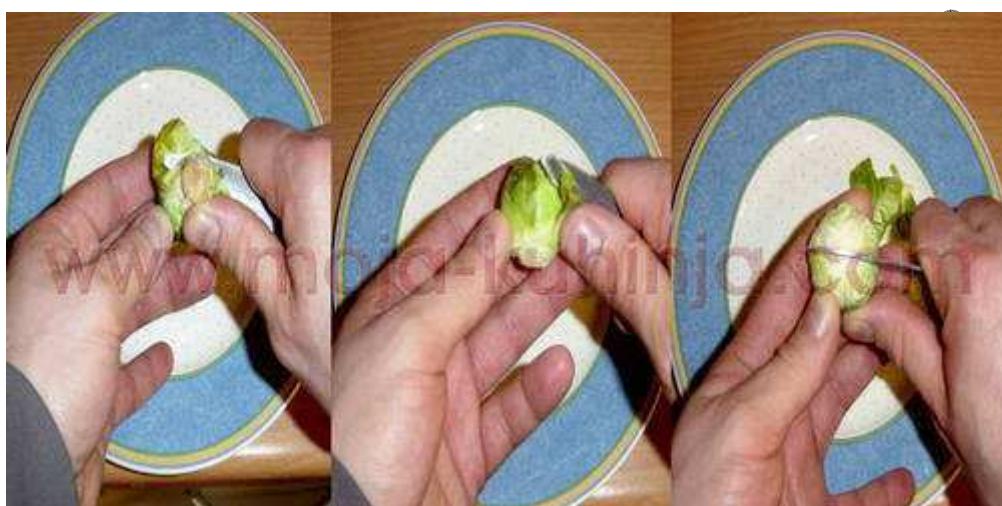


Kelj pupčar, prokulica na putru sa finim travama v2 02.01.2016

Kelj pupčar (**prokulica**), zovemo ga i **ćimula**, **ćimulica** ili **kelj pupčar** (*lat. Brassica oleracea var. gemmifera*) je najbolji sa kraja jesni i početka zime, kada ga uhvati prvi mraz. Tada se pod utjecajem mraza gorke tvari u njemu pretvaraju u šećer i on nije više gorak. Isti efekt dobijete, ako kupite već smrznutu prokulicu, ili je samo smrznute na 2-3 dana.



- Za 2 osobe:
- 400 g kelja pupčara (**prokulice, ćimulice**)
- 1/4 MŽ bijelog mljevenog [papra](#)
- 1 VŽ [vegete](#)
- 30g običnog putra
- 2 VZ [putra sa finim travama](#)



Očistimo kelj pupčar unekim krajevima zvan i **ćimulica** odnosno **prokulica**:

Kelju pučaru odstranite suvišnu stabljiku. Odstranite loše listiće. Zarežite jedan križ dubine 3-4 mm na mjesto gdje ste odstranili stabljiku. Time ćemo postići da se **prokuica** kuha ravnomjerno, te da temperatura uđe u srđedinu.

Prokulicu prokuhajte prvo kratko (5min.) u kipućoj, slanoj vodi. Kuhanjem u vodi rješavamo se gorćine u **kelju pupčaru**.

Ocjedite je i stavite u posudu za kuhanje na pari.

Nemate li je bit ē dobro i jedno sito koje će te stavit iznad kipuće vode i pokriti poklopcem posude u kojoj kuhati.

Gledajte da su **prokulice** podjednake veličine, te ih kuhati na pari oko 15-20 min.

[Savijet] U vodu za kuhanje stavite 1 VŽ soli i jedan dva plutena čepa od boca za vino. Time će te također još bolje "ubiti" gorčinu u **kelju pupčaru, prokulici**.

Sol u vodi će dati slanu paru u kojoj će **cimale** odnosno **prokulice** ravnomjerno povući sol pa će naknadno soljenje biti suvišno.

[/Savijet]

Rastopite bogato maslac i ubacite **prokulice** kojeg ste skinuli sa pare. Posipajte bijelim mljevenim paprom i vegetom, te kratko prodinstajte.

Dodajte još 1-2 VŽ putra sa finim travama, te na ugašenoj vatri pričekajte, stalno mješajući **kelj pupčar** kružnim pokretima tavnice, da se putar otopi. Servirajte toplo.





www.moja-kulinija.com