ETLİ KAPUSKA

1+1/2 kiloluk bir lahana
4 çorba kaşığı sadeyağ
4 baş soğan
döş tarafından 400 gram koyun eti
2 bardak su veya et suyu
1 tatlı kaşığı acı kırmızı biber
Tuz

Bir tencereye ufak parçalara doğranmış et, sadeyağ, ince ince doğranmış soğan ve yeteri kadar tuz konur.
Tencerenin kapağı örtüldükten sonra vakit vakit karıştırılarak kaptakiler yirmi dakika kadar kavrulur.
Beri yanda lahanalar yaprak yaprak ayrılır. Koçanları ayrıldıktan sonra bu yapraklar el iriliğinde parçalara doğranır. Bol suda iyice yıkanır.
Tenceredeki etler kavrulunca yıkanmış lahana yaprakları katılır, kırmızı biberi de serpildikten sonra kabın ağzı örtülür ve lahanalar hafifçe ölünceye kadar hafif bir ateşte tutulur.
Lahanalar ölünce tencereye iki bardak sıcak et suyu dökülür ve lahanalar iyice pişip tenceredeki su çekinceye kadar yani üç saat kadar hafif ateşte pişirilir. Sonra servis tabağına aktarılır ve sıcak sıcak servis yapılır.

© lezzetler.com tarif no:13222 • adı:Etli Kapuska • gönderen:rıza • indirme tarihi:28.03.2024 - 11:50