LAHANA KAPUSKA (KONYA)

Sahrap Soysal

1 kg lahana
250 gr orta yağlı kıyma (kuzu ya da koyun)
5 yemek kaşığı zeytinyağı
1 adet orta boy kuru soğan
2 yemek kaşığı domates salçası (2 adet orta boy domates de kullanabilirsiniz)
1 su bardağı pirinç ya da kalın bulgur
1 çay kaşığı tuz, karabiber
1 tatlı kaşığı pul biber
3 su bardağı sıcak su (et ya da tavuk suyu da kullanabilirsiniz)
1 adet limonun suyu

Kıyma ve zeytinyağını büyük boy bir tencereye aktarıp orta ısılı ateşte karıştırarak, 3-4 dakika kavurun. Üzerine yemeklik incecik doğradığınız kuru soğanları ve salçayı ekleyin. Karıştırarak 5 dakika daha kavurun.
Diğer taraftan, lahanayı yıkayıp ortadan ikiye bölün. Yapraklarını tek tek çıkarıp yıkayın. Üst üste koyduktan sonra ince ince doğrayın.
Doğradığınız lahanayı tencereye aktarıp tüm i 5-6 dakika daha kavurun.
Diğer taraftan, pirinci ya da bulguru yıkayıp tencereye aktarın.
Tuz, karabiber ve pulbiberi ilave edin.
Sıcak suyu da ekleyip tencerenin ağzını kapatarak kısık ateşte lahana iyice yumuşayıncaya kadar pişirdikten sonra ocaktan alın.
Limon suyunu katıp karıştırın. Sıcak sıcak servise sunun.
Arzu ederseniz, salça yerine soyup küp küp doğradığınız domatesleri ilave edebilirsiniz. İsterseniz biber salçası da ekleyebilirsiniz.

Not: Konya'da lahana kapuskasının üzerine sarımsaklı yoğurt da eklenir.

© lezzetler.com tarif no:62958 • adı:Lahana Kapuska (Konya) • gönderen:Sergün • indirme tarihi:23.04.2024 - 09:42