



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KAPUSKA

- 1 adet küçük boy beyaz lahanaya
- 1 adet orta boy soğan
- 2 yemek kaşığı sıvı yağ
- 150 gr kıyma
- 1 yemek kaşığı salça
- 1 çay kaşığı silme pul biber
- 1 çay kaşığı silme karabiber
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 4 su bardağı sıcak su

Lahanayı yapraklarına ayırıp yıkayalım ve ince ince doğrayalım. Soğanı ince ince doğrayıp sıvı yağda kavuralım. Üzerine kıymayı ilave edip suyunu salıp çekene kadar kavuralım. Sonra salçayı ilave edip kavuralım. Daha sonra ince ince doğradığımız lahanayı ve 1 su bardağı sıcak suyu ilave edip kavuralım. Su azaldıkça 1 su bardağı sıcak su ilavesi yapalım. Sebze yemeklerine suyun hepsini birden koyarsanız yemeğiniz lezzetli olmaz. Orta ateşte lahanalar yumuşayana kadar pişirelim. Son olarak tuzu ve istediğimiz baharatları ilave edip karıştıralım. Kapuskamızı ılık olarak servis yapalım.

