



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## KAPUSKA

1500 gr. Lahana  
2 Domates  
250 gr. Kuşbaşı et  
2 Kırmızı biber  
3 Soğan  
2 Bardak su  
4 Kaşık sadeyağ  
Tuz.

Soğanı doğrayın, kuşbaşı koyun etini, yağda soğanlarla birlikte et, suyunu salıp çekinceye kadar kavurun. Ufak doğranmış domates, 2 bardak su, tuz ve kırmızı biber katıp 40 dakika pişirin. Sonra doğranmış lahana katın; lahanalar yumuşayınca kadar pişirdikten sonra ocaktan indirin.