



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAPUSKA

Fatih Belediyesi

- 1 kg doğranmış lahana
- 2 yemek kaşığı sıvı yağ
- 1 adet soğan
- 1 yemek kaşığı domates salçası
- 2 yemek kaşığı bulgur
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı pul biber
- 1 çay kaşığı karabiber
- 3 su bardağı kaynar su

Tencereye sıvıyağı koyun. Üzerine sıra ile soğan, domates salçası ilave edin ve kavurun. Ardından doğranmış lahana ilave edin ve karıştırın. Tencerenin kapağını kapatın ve kısık ateşte pişirin. 15 dakika kendi suyuyla pişirdikten sonra, 3 su bardağı kaynar su, tuz, pul biber, karabiber katın ve bulgur veya pirinç ekleyin. Tencere kaynamaya başladıktan sonra, kapağını kapatın. Kısık ateşte, 20 dakika daha pişirin. Yemeğiniz servise hazır.

