



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAPUSKA

Malzemesi

- 1 orta boy lahanaya
- 500 gr. kuşbaşı doğranmış koyun eti
- 3 çorba kaşığı yağ
- 3 adet soğan
- 1 çorba kaşığı salça
- 1 tatlı kaşığı pul biber (çuşka)
- 2 bardak su
- 1 tatlı kaşığı tuz

Eti yıkayın; yağı ve ince doğranmış soğanı etle birlikte büyük bir tencereye koyup ağır ateşte 15-20 dakika kadar pişirin. Bu sırada dış yapraklarını atarak kökünü çıkardığınız lahanayı iyice yıkayıp, önce ikiye sonra dörde bölerek bütün kıyımı ince şeritler halinde doğrayın. Tenceredeki etlerin üzerine tuz, sulandırılmış salça, kırmızıbiber ve suyu koyun, orta ısıda etler yumuşayınca kadar pişirin. Sıcak olarak servis yapın.

Not: Yemeğin tadının bozulmaması için gereğinden fazla kaynatma-maya özen gösterin.
