



Hozzávalók:

2 kis fej édeskáposzta (kb. 2 kg), só, ecet, esetleg 1-2 babérlevél
a töltelékhez:

80 dkg darált sertésdagadó vagy lapocka, 20 dkg főtt füstölt tarja vagy csülök, 30 dkg rizs, 2 közepes fej (20 dkg) vöröshagyma, 3-4 gerezd fokhagyma, 1 púpozott evőkanál sertészsír, 1 evőkanál

pirospaprika, 1 csapott evőkanál só, fél kiskanál őrölt fekete bors, 1-1 kiskanál borsikafű és majoránna, fél kiskanál Erős Pista

a paradicsomos mártáshoz:

1 evőkanál sertészsír, 1 púpozott evőkanál finomliszt, 1 kiskanál pirospaprika, 1 üveg (690 gramm) passzírozott paradicsom, 1 evőkanál só, őrölt fekete bors, 1 evőkanál kristálycukor (ez el is maradhat), víz

1. A káposztát kicsumázzuk és sózott, ecetes vízben megfonnyázzuk (előfőzzük). Közben ahogy puhulnak a külső levelei, mindig leszedegetünk egyet, míg meg nem lesz a szükséges 22-24 darab. A maradék káposztát hűlni hagyjuk, majd vékony csíkokra vágjuk. A levelek vastag erét eltávolítjuk, ezután félbe, ha túl nagy lenne, akkor három részre is vághatjuk.

2. A paradicsomos mártáshoz a zsírt kisebb lábasban fölolvastjuk, a lisztet zsemleszínűre pirítjuk rajta. A pirospaprikát hozzákeverjük, majd a passzírozott paradicsomot ráöntjük, megsózzuk, megborsozzuk, a cukorral ízesítjük.

3. A darált húst az apró kockákra vágott füstölt hússal és a megmosott, lecsöpögtetett

rizzsel összekeverjük. A hagymát finomra aprítjuk, a fokhagymát pépesre zúzzuk. Serpenyőben a zsírt megforrósítjuk, a kétféle hagymát kevergetve megfonnyasztjuk rajta. A tűzről lehúzzuk, a piros paprikát hozzákeverjük. A rizses húsos masszához adjuk, megsózzuk, megborsozzuk, majd jöhetnek az alternatív fűszerek, a borsika, a majoránna és az Erős Pista.

4. A leveleket a húsos masszával úgy töltjük meg, hogy a vastagabb részük felénk legyen, kb. egy evőkanálnyi töltelékkel halmozunk rájuk, és kúp alakúra felcsavarjuk, olyan legyen, mint a fagyaltölcsér. A tetejét begyűrogetjük.

5. Az aprókáposzta felét egy lábas aljára szórjuk a töltelégeket ráültetjük. A maradék aprókáposztát rárakjuk, a fűszeres paradicsommal fölöntjük és annyi vízzel hígítjuk, hogy a káposztát éppen ellepje. Fölforraljuk, kis lángon, lefödve bő 1 óra alatt megfőzzük.

Jó tanács

A töltékbe apróra vágott paprika és paradicsom, esetleg lecsó (akár darálva is) kerülhet. De fűszerezhetjük őrölt köménnyel vagy fölaprított kaporral is.

8 főre

Elkészítési idő: kb. 3 óra

Egy adag: 525 kcal

A recept elkészítése [IDE KATTINTVA](#) a YouTube-on is megtekinthető.