



### Hozzávalók:

12 savanyúkáposzta-levél  
1,2 kg savanyú káposzta  
kb. 8 dl hagyományosan főzött passzírozott halászlé alap  
a töltelékhez:  
50 dkg bőr nélküli busafilé  
10 dkg füstölt szalonna  
2 gerezd fokhagyma  
1 tojás  
maréknyi főtt rizs (lehet félig főtt vagy nyers is)  
1 mokkáskanál őrölt fekete bors

1 csapott evőkanál jóféle pirospaprika  
1 csapott mokkáskanál őrölt köménymag, só  
a tálaláshoz:  
tejföl

1. Először a tölteléket készítjük el. Ehhez a bőr nélküli busát meg a szalonnát kockákra vágjuk, és ledaráljuk. A fokhagymát megtisztítjuk, finomra aprítjuk. A szalonnás halhoz adjuk a tojással és a rizzsel együtt. Megborsozzuk, a pirospaprikával és a köménnyel fűszerezünk. Megsózzuk - nagyjából 1 csapott kiskanálnyi kell bele, jól összedolgozzuk.
2. A káposztaleveleken végighúzódnó erek vastag részét kivágjuk, hogy hajtogatni tudjuk. A leveleket úgy fordítjuk, hogy a vastag ér velünk szemben legyen, mert így lehet könnyebben feltekerni. Mindegyik közepére tölteléket halmozunk. A levél egyik oldalát ráhajtjuk, majd felcsavarjuk, végül a másik oldalát a batyuba gyűrőgetjük. Az esetlegesen kimaradó töltelékből gombócokat formálunk.
3. A savanyú káposztát aszerint, hogy milyen savanyúan szeretjük, kimossuk. A szálakat át is vágjuk, hogy ne legyenek túl hosszúak, majd egy fazékba rakjuk a nagyját. A töltelékeket szépen elrendezzük rajta, és a maradék káposztával befedjük. Annyi - kb. 8 deci - halászlé alappal öntjük föl, amennyi majdnem ellepi. Felforraljuk, majd félig letakarva, az ételt egyenletes tűzön kb. 1,5 óra alatt puhára főzzük. Időközben az edényt néhányszor megrázzuk, nehogy a káposzta letapadjon. Keverni nem kell, mert akkor a töltelék összetörhet. Ha kell, elfővő levet pótoljuk.
4. Tálaláskor tejföllel meglocsoljuk.

### Megjegyzés

- Az eredeti fogást a Balatoni halgazdálkodási nonprofit Zrt csapata készítette.

Jó tanács

- Tapasztalataink szerint a busa feje és csontjai nem alkalmasak halászlé alap főzésére, így azt hagyományosan készítjük!

6 főre

Elkészítési idő: 2 óra 20 perc

Egy adag (tejföl nélkül): 510 kcal