



Hozzávalók:

40 dkg kicsontozott sertéskaraj, só, 6 evőkanál olaj, 1 közepes vöröshagyma, 35 dkg darált sertéshús, fél mokkáskanál őrölt fekete bors, 2 gerezd fokhagyma, 1 kiskanál különleges pirospaprika, 1 csapott kiskanál majoránna, 1 pár debreceni kolbász (18 dkg), 4 jókora savanyúkáposzta-levél, 5 dkg füstölt szalonna, 1-1,2 kg savanyú káposzta, 1 liter szűrt húsleves (leveskockából is készülhet), 1 nagy csokor kapor, 2 dl tejföl, 1 púpozott evőkanál finomliszt

1. A karajt 4 egyforma szeletre vágjuk, kissé kiverjük, besózzuk. A bográcsot a közepesnél erősebb tűz fölé állítjuk, a fele olajat beleöntjük, és a húst oldalanként 1-2 perc alatt elősütjük benne. Lecsöpögtetve félrerakjuk.
2. A hagymát megtisztítjuk, fölaprítjuk, felét a visszamaradó olajban megfuttatjuk. A darált húst hozzáadjuk, sóval, borssal ízesítjük, a zúzott fokhagymával, a fele pirospaprikával meg a majoránnával fűszerezzük, és 4-5 perc alatt megpirítjuk. Végül belekeverjük a karikákra szelt debrecenit is. A tűzről leemeljük.
3. A savanyúkáposzta-levelek vastag erét kivágjuk - az is jó megoldás, ha csak a nagyon vastag részét vágjuk ki vagy vékonyítjuk el, a többit pedig egy húsklopfolóval megdolgozzuk, mert akkor finom, puhára megfő - és mindegyikre 1-1 elősütött bordát rakunk. A darált húsos tölteléket ráhalmozzuk, a töltött káposztához hasonlóan betekerjük, majd zsineggel átkötjük, nehogy főzés közben kinyíljon.
4. A bográcsot kitörölgetjük és visszatesszük a tűz fölé. A maradék olajat beleöntjük és a kis kockákra vágott szalonnát kiolvasztjuk rajta. A félretett hagymát beleszórjuk, kevergetve megfuttatjuk. A maradék pirospaprikával meghintjük, a néhány vágással fölaprított (esetleg kimosott) aprókáposztát is beleforgatjuk. A levessel fölöntjük, ha kell, utanasózzuk, a fölaprított kapor felével meghintjük. A töltelékeket ráfektetjük és lefödve, a tüzet mérsékelve (följebb emelve a bográcsot), a bográcsot a fülénél meg-megrázogatva kb. 1 óra alatt puhára pároljuk. Ezután a töltelékeket kiemeljük, a zsineget lebontjuk rólok és a káposztát a tejjel meg 1 deci vízzel összekevert liszttel sűrítjük. Végül a maradék kaporral megszórjuk, s a húsos batyukat visszarakva, tejjel meglocsolva kínáljuk.

Jó tanács

- Az étel eredetéről neve alapján két dologra lehetne következtetni. Az egyik, hogy régi erdélyi fogás, mely Hargita-hegységről kapta a nevét. A másik, hogy e sorok írója kreálta egy ihletett pillanatában. Utóbbi sajnos nem igaz, az erdélyi szakácskönyvekben pedig csak kelkáposztából készült változatával találkoztunk. Tény azonban, hogy az étel a második világháború utáni időszak gasztronómiáját részben meghatározó Venesz József 1949-ben kiadott könyvében már így szerepel. Akárhonnan ered, mára elismert nemzeti éteknek számít, amit mindenképpen érdemes kipróbálni és megőrizni. Az erdélyi változathoz savanyú káposzta helyett kelkáposztaleveleket használunk, amit először 1-2 percig főzünk, hogy kissé megpuhuljanak. Így könnyebb lesz a levelek vastag ereit kivágni, és a töltelékbe belegöngyölni. Ebben az esetben az aprókáposzta sem savanyú káposzta, hanem csíkokra vágott kelkáposzta.

A káposzta ízét csemege és csípős Piros Arannyal, Édes Annával, valamint Erős Pistával is megbolondíthatjuk:

- Lisztérzékeny (gluténmentes) és tejérzékeny (laktózmentes), étrendet követők hagyják ki belőle a tejfölös habarást.

4 főre

Elkészítési idő: 2 óra

Egy adag: 851 kcal