Jagnjeca Kapama



težina: **lako**

za: **6** osoba

vreme pripreme: **40** min

Sastojci

Potrebno je:

- **800 g**jagnjceg mesa u komadima
- **600 g**livadskog kupusa, ocišcenog o tvrde peteljke
- **3**veca crna luka
- **3**šargarepe
- **3 cena**belog luka, iseckanog
- **300 ml**paradajz pire
- so i biber
- rukohvat peršuna
- **1 kašika**aleve paprike

Priprema

Pripremimo sastojke.

Izdinstamo crni i beli luk. Meso provucemo kroz brašno pa sa svih strana propržimo.

Dodamo paradajz, krckamo na niskoj temperaturi 10tak minuta. Dodamo sve ostale sastojke, šolju vode i kuvamo još 30 minuta.

Mi smo uz to jeli domaci integralni hleb sa semenkama bundeve. Kiselo mleko bi bilo divno ali ga ovde nema.

Savet

Kod nas jagnjeeg i to vrlo kvalitetng mesa ima u izobilju. I svakakva jela sremam od njega. Ovo posebno volimo. Spada u recepte, hrana za dušu. Livadski kupus, kuma imena je naša Gvozdena. Na engleskom se zove Kale, neki ga još prevode i kao Livadski kelj.