



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LAHANA TURŞUSU

- 1 Adet orta lahana
- 1 Fincan nohut
- 1 Kaşık kırmızı biber
- 1 Kaşık tuz

Lahanaları yaprak yaprak ayırarak yıkayınız.
Büyük bir tencerede kaynamakta olan suya lahanaları atıp çıkartınız.
Çıkarttığınız lahanaları soğuk suya atınız.
Emaye bir kap veya kavanoza tülbent içinde nohutları koyunuz.
Nohutların üzerine lahanaları doldurunuz.
Üzerini örtecek kadar tuzlu su ilâve ediniz.
Kırmızı biberi de serptikten sonra üstüne bir ağırlık koyarak kabın ağzını kapatınız.
Her gün bir kepçe ile suyunu karıştırınız.
Bir hafta sonra yemeye başlayınız.

Not: Tuzlu suyu hazırlamak için suyun içine bir çiğ yumurta koyunuz. Yumurta suyun üstüne çıkıncaya kadar tuz ilâve edilip eritiniz.

