



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BRÜKSEL LAHANASI TURŞUSU

1 kg brüksel lahanası
10 diş sarımsak
1 avuç nohut
1 ay bardağı sirke
1 ay bardağı kaya tuzu
1 orba kaşığı şeker
Su

Lahanaların üst yaprakları çıkarılır. İyice yıkanır. İğneyle 2-3 yeri delinir. Uygun büyüklükte bir kavanoza yıkanmış nohut atılır. Aralarına ezilmiş sarımsak bırakarak lahanalar yerleştirilir. Tuz, şeker, sirke ve kavanozu tamamlayana kadar su ilave edilir. Kapağı kapatılır. 2 hafta bekletilir.