



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ÇUBUK USULU LAHANA TURŞUSU (ANKARA)

1 adet ufak lahana
1 adet havuç
8 diş sarımsak
2 defne yaprağı
1 kahve fincanı sirke
1 tatlı kaşığı limon tuzu
1 tatlı kaşığı tane karabiber
2 çorba kaşığı kaya tuzu
Yarım demet dereotu
Su

Lahananın dışında bulunan bir kaç yaprağı alınır. Sonra limon büyüklüğünde parçalara kesilir. Kavanoza lahananın yarısı yerleştirilir. Daire doğranmış havuç konur. Sarımsağın, tuzun, karabiberin, dereotunun, defne yaprağının yarısı bırakılır. Kalan lahana ve kalan malzemeler yerleştirilir. Sirke, limon tuzu, su ve karabiber konur. Kapak sıkıca kapatılır. Üç hafta sonra tüketilebilir.