



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIÇIDA LAHANA TURŞUSU

Kırağı yemiş ufak ve sıkı lahanaların dış kabuklarını çıkarıp koçanını dipten keserek 4 parçaya ayırınız; fakat dip tarafını ayırmayıp yapışık bırakarak aralarını yoklayıp bol su ile dikkatle yıkayınız. Dibinden musluklu bir küçük fiçinin içine ve musluğun önüne bir çalı süpürgesi dalı koyup dibine beyaz ve temiz tuz serpiniz, üzerine bir sıra lahana dizip tekrar tuz serpiniz. Böylece fiçiyi doldurup üzerini örtünceye dek sıcak ve adi su koyarak fiçinin üstünü yünlü bir şeyle örtüp sıcak bir yerde 2 gün bırakınız. Sonra musluktan su alıp, 7 - 8 kez üstüne dökünüz. Musluktan aldığınız suyu bir kepçe v.b. ile iyice çalkaladıktan sonra fiçiyi koyunuz. Böylece çalkalamağa başladığınız 5. gün biraz ekşi hamur mayasını sirke ile koyu boza kıvamına getirerek kaptaki turşu suyuna yedirdikten sonra fiçinin ağzına bir elek koyup suyu boşaltınız. Birkaç kez daha musluktan su alıp üstüne dökünüz. Her gün çalkalayarak 5 gün geçince kırmızı biberi parça parça doğrayıp kabaca döverek musluktan alman su ile karıştırıp fiçiyi dökünüz. Oluncaya dek günde bir kere suyunu aktarınız.
