



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## ISPANAK KÖKÜ TURŞUSU

Tuğrul Şavkay

1 kg. ispanak

Tuz

10 diş sarımsak (dövülmüş)

500 ml. sirke (2 su bardağı)

Ispanak köklerini, kökten başlayıp 7-8 cm. uzunluğunda kesin. Bol su ile birkaç kez yıkayıp süzdürün.

Tencerede tuzlu su kaynatın. Kökleri suya atıp iki üç taşım kaynatın ve süzgece çıkarın.

Haşlanmış ispanak köklerini kavanozlara doldurun. Dövülmüş sarımsağı serpiştirin. Kavanozların üzerini sirke

ile tamamlayın. Temiz bir taş ya da kiremit koyarak turşuyu bastırın ve kavanozun kapağını sıkıca kapatın.

Turşuyu 15 gün bekletip, istendiğinde kepçe ile çıkararak servis yapın.

Not: Bu turşuyu pazı kökleri ile de hazırlayabilirsiniz.

---