



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## KIYILMIŞ LAHANA TURŞUSU

Yapımı: Taze ve gevrek lahananın dip yaprakları kesilip atılarak tertemiz bir baş elde edilir. Bu baş, yıkanıp suyu süzöldükten sonra ikiye veya dörde bölünür. Lahananın göbeği çıkarılır. Böylece hazırlanan lahana başı, gayet ince kıyılır. 1 litrelik kavanoz için 900 gram lahana ayırılır, 900 gram lahanaya 2 çorba kaşığı (25 gram) tuz katılır, iyice karıştırıldıktan sonra, bastıra bastıra kavanoza doldurulur. (Kavanozlar daha önce kaynar suda pastörize edilmiş olmalıdır.) Kavanozun ağız kısmından 5-6 cm. boşluk bırakılır. Lahanayla karıştırılan tuz, lahananın suyunu alır ve böylece bir salamura meydana gelir. Salamura, lahanaların üstünü örter. Kavanozun ağızındaki boşluğa temiz bir peynir bezi veya tülbent yerleştirilir. Bezin üstüne iki-üç asma çubuğu çaprazlama konur. Kavanoz, ağız gevşekçe kapatıldıktan sonra, üzerine gazete kâğıdı serilmiş bir tepsinin içine oturtulur. Böylelikle, ihtimar sırasında taşabilecek olan su, tepside toplanıp emilir. İhtimarın olması için, kavanoz, 20-22 derece sıcaklıktaki bir yerde bulundurulur. 10 gün sonra, kavanozun ağızındaki çubuklar ve peynir bezi alınarak, ağız boşluğu % 2,5'lük salamurayla doldurulur. Eğer, lahana turşusu kısa zamanda kullanılacaksa kavanoz, ağız kapalı olarak serin bir yerde saklanır, birkaç haftadan fazla bekletilecekse, turşunun üzeri bastırılarak salamurası kontrol edilir, noksansa eklenir. Kavanoz, ağız kapatıldıktan sonra kaynar suda 30 dakika pastörize edilir ve soğumaya bırakılır.