



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LAHANA TURŞUSU

1 orta büyüklükte lahana
1 baş sarımsak
2- 3 adet acı kırmızı biber
1 tatlı kaşığı şeker
1 avuç nohut
1 kahve kaşığı maya
Tuz (5 bardak suya 1 dolu çorba kaşığı)

Lahana bir iki yaprak soyulup dilim dilim kesilir. Emaye bir kovaya yerleştirilir. Kırmızı biber, sarımsak ve nohut konur.

5 bardak suya 1 çorba kaşığı esas olmak üzere tuzlu su hazırlanır. Şeker ve maya konup, eritilir. Lahananın üzerine geçecek şekilde doldurulur.

Her gün 1- 2 kere karıştırılıp suyu savrulurarak havalandırılır. (Fena kokmaması ve suyun parlak olması için) 15- 20 gün içinde turşu olur.

[ML@ Lahana Turşusu için tıklayın](#)

[ML@ Lahana Turşusu Videosu](#)

