



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LAHANA TURŞUSU

1 adet orta büyüklükte lahana
Yarım su bardağı sirke
1-2 acı kırmızı biber
1 avuç nohut
10 diş sarımsak
Yeteri kadar su
Kaya tuzu

Turşu için küçük, sıkı kelle yapan beyaz lahana kullanılır.

Önce lahananın dış yapraklarını temizleyin. Dip tarafını oyup koçanını çıkartın, lahanayı dörde bölüp, isteğinize göre büyüklükte bıçak ile kıyın. Büyükçe bir tepsiye kıydığınız lahanaları boşaltıp, tuzla ovun. Ovulmuş lahanaların üzerine bir tahta veya küçük bir tepsi yerleştirin, tepsinin üzerine herhangi bir ağırlık koyup (su dolu bir tencere olabilir) 6-7 saat bekletin. Bu işlemi akşamdan yaparsanız, sabaha hazır olur.

Sarımsakları ayıklayıp, tuz ile birlikte dövün. Dövülmüş sarımsağı sirke ile karıştırıp, turşu yapacağınız zamana kadar bekletin. Nohutları, lahanaları, turşu kabına, veya cam kavanoza yerleştirin. Hazırladığınız sarımsaklı tuzlu sirkeyi, lahanaların üzerine dökün. Üstünü kapatacak kadar su ilave edin.

Suyunun fena kokmaması ve parlak olması için her gün 1 - 2 kere suyu savrulularak havalandırın. 10 - 15 gün içinde turşunuz hazır olacaktır. Turşu'nun daha çabuk yenilir duruma gelebilmesi için, önceden biraz haşlayarak aynı işlemi yapabilirsiniz, 2 gün içinde olur.

Arzu eden, sirkeye kırmızı biber katabilir, içine limon dilimleri ekleyebilir. Ayrıca renginin pembe olmasını istiyorsanız, içine bir miktar kıyılmış mor lahana da katabilirsiniz. İsteyen havuç da ekleyebilir.

