



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## LAHANA TURŞUSU

### Malzeme:

1 büyük lahana  
5 adet kırmızı sivri biber  
1 avuç nohut  
1 dilim ekmek  
5 baş sarımsak  
tuz

### Yapılışı:

Lahanaların üst yaprakları koparılıp atılır. Lahana'yı birkaç parçaya bölüp yıkayıp kavanoza yerleştirilir. Aralarına yıkanmış sivri biberler, ayıklanmış sarımsak ve nohutlar yerleştirilir. 1 dilim ekmeği bir beze sarıp içme koyun, çabuk mayalanır. Lahanaların üzerine ağırlık koyup tuzla hazırlanmış salamurası dökülüp kapağı kapatılır. Üzerine defne, kereviz, maydanoz yaprakları koyarsanız daha lezzetli olur.