



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PANÇAR TURŞUSU (AYDIN)

Aydın Valiliği

1 kg pancar
2 baş sarımsak
1 su bardağı koruk ekşisi ya da limon suyu
Yarım çay bardağı zeytinyağı
Tuz

Pancarların yumruları ile yaprak kısımlarına kadar olan gövdesi ayıklanır, yıkanır. Yarısına değin su doldurulan tencere ocağa alınır.

Kaynar halde iken ayıklanan pancarlar suyun içine konur, yumuşayınca kadar haşlanır.

Kabuğu soyulan sarımsaklar, üzerine tuz ilave edilerek krema kıvamına gelinceye kadar havanda dövülür.

Geniş bir kap içine alınan sarımsakların üzerine önce zeytinyağı, sonra limon yada koruk ekşisi yavaş yavaş ilave edilir, sarımsak beyazlaştırılır.

İyice haşlanan pancarların kabukları soyularak küçük küpler şeklinde doğranarak su ile açılan sarımsak sosun içine konur. Soğuk servis edilir.

Not: Aydın'da annelerin "kan yapar" diyerek antibiyotik niyetine tarator sosuyla kışın sofralardan eksik etmediği, sağlığa faydası kanıtlanmış turşulardandır.

