



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞALGAM SUYU (ADANA)

1 büyük boy şalgam
1 büyük boy pancar
1 kg. siyah havuç
1.5 tatlı kaşığı limon tuzu
2 yemek kaşığı tuz
Yarım ekmek
Temiz tülbent bez
10 lt.'lik kavanoz

Şalgam, pancar ve havuçların dış kabuğu soyuyoruz. Şalgam ve pancarı dilimliyoruz. Havuçları dörde bölüyoruz. Yarım ekmeği tülbent bezin içine koyup düğümlüyoruz. Tuz hariç tüm malzemeyi bidona dolduruyoruz. Tuzu bidonun alacağı miktarda su ile eritiip bidona aktarıyoruz. Ağzını sıkıca kapatıyoruz. 15 gün boyunca bidonun kapağını kesinlikle açmıyoruz. 15 günün sonunda açıp içinde ekmek olan tülbenti çıkarmak gerekiyor, zira daha fazla mayalanması gerekiyor. Soğuk bir yerde muhafaza ederek, istediğimiz şekilde tüketiyoruz.

