



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ŞALGAM

Yarım kg siyah havuç  
1 adet şalgam turpu  
1 çay bardağı ince bulgur  
3 yemek kaşığı kaya tuzu  
3 litrelik cam kavanoz

Havuçları ve turpu güzelce yıkayın.

Her havucu boylamasına, kalınlığına göre ikiye ay da üçe kesin.

Turpun kabuğunu soyup halka halka doğrayın.

Bir kase üzerine ince bir tülbent ya da tül yerleştirin.

Üzerine ince bulguru bu bezin ortasına döküp bezi bağlayın ve bohça yapın.

Bu bohçayı şalgamı yapacağınız cam kavanozun içerisine yerleştirin.

Üzerine doğradığınız şalgam turpunu ekleyin.

Ardından doğradığınız havuçları ilave edin.

Kaya tuzunu ve suyu kavanozunuz dolana kadar ekleyin.

Kavanozun kapağını iyice kapatın ve yan yatırıp çalkalayın.

Şalgamı yaptığınız ortam çok soğuk değilse oda sıcaklığında ise bu şekilde kavanozda 20 gün kadar bekletin.

Ardından şalgamınızı süzgeçten geçirip tüketebilirsiniz.

Not: Oda sıcaklığından daha soğuk yerlerde şalgamınızın bekletme süresi 30-35 güne kadar uzayabilir.

Havuçların üzerinde kalan toprak parçaları, şalgam suyunun toprak kokmasına neden olur. Bu nedenle iyi yıkamaları önemlidir. Eğer acılı şalgam isterseniz, kavanoza 3-4 adet kurutulmuş acı biber ekleyebilirsiniz.

Biberleri iki parçaya ayırarak ekleyin ki içindeki acıyı verebilsin. Şalgam suyu içerisindeki havuçlar, turşu olarak yenilebilir ve çok lezzetlidir.

