



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ŞALGAM

Asırlık Tariflerle Türk Mutfağı

1 baş sarımsak, dişlere ayrılmış, soyulmuş
2 adet orta boy şalgam turbu, doğranmış
1 kg mor havuç, kalem gibi doğranmış
2 çorba kaşığı kaya tuzu
2 çorba kaşığı limon suyu
Mayası için:
2 lt su, kaynamış ve soğutulmuş
3-4 dilim ekme , ekşi mayalı

Öncelikle mayayı hazırlayın. 2 litrelik cam bir kavanoza suyu koyun. İçine ekme  dilimlerini bütün olarak ilave edin.

Ekme lerin su üstüne çıkmaması için baŐka bir su dolu cam kavanozla ekme lere baskı yapın. Son olarak ağızını hava alabilecek Őekilde tülbentle kapatın. Kullandığınız ekmeğın ekşi mayalı olması salamura için önemlidir.

Bu Őekilde serin bir ortamda 2 gün bekletin.

2 gün bekleyen mayayı süzerek ekme lerden ayırın.

3 litrelik bir kavanozun içine önce sarımsakları sonra Őalgamları ve havuçları atın.

Mayanıza tuz atarak tadını ayarlayın ve sebzelerin içine d k n. Limon suyunu katın.

Aynı Őekilde sebzelerin suyun dibinde kalmalarına dikkat edin.

Ağızını sıkıca kapatın ve serin, karanlık bir ortamda 20 gün kadar bekletin.

20 günün sonunda ince bir süzgeçten geçirin.

Soğuk olarak, arzu ederseniz içindeki havuç parçalarıyla servis edin.

Not: Şalgam için kullanılan kabın cam olması tadı bakımından son derece önemlidir. Türk mutfağında içecekler her zaman Őekerli olmaz. Tuzlu içeceklerin apayrı bir yeri vardır, bunlar içinde en ilginlerinden biri de Őalgamdır. Kara havuç olarak da anılan mor havuç ve Şalgam turpunun birlikte fermente edilmesiyle yapılır. Maya olarak bulgur veya ekşi mayalı bir ekme  kullanılabilir. Acılı acısız olarak iki türlü yapılır. Kebapların yanında vazgeçilmez bir eŐlikidir.



