



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ŞALGAM

2 kilo kırmızı havucu temizleyip iki parmak büyüklüğünde parçalara ayırın. Bu havuçları 10 litrelik bir şişeye koyun. Şişeyi dolduracak kadar yeterli miktarda tuz içeren su ekleyin. Temiz bir bez parçasına bir avuç nohut ile iki avuç bulgur koyun, bezin ağzını bağlayıp şişeye atın. Şişenin ağzını iyice kapatın. Şalgam suyu, oda sıcaklığına göre 10 ya da 20 gün arasında içmeye hazır hale gelir. Olmaya doğru havuçların iyice kırmızılaştığını, suyun da kan kırmızısı bir renk aldığını göreceksiniz.

Not: Maydanoz ailesinin bir üyesi olan havucun vatani Orta Avrupa. Yabani olarak Avrupa, Kuzey Afrika ve Asya'da rastlanan havuç Türkiye'de ise Doğu Anadolu dışında tüm bölgelerde yetişiyor. Peki, özellikle Hatay'ın Samandağı ilçesinde yetişen, koyu vişne çürüğü renkli havuç türünün, çok sevilen geleneksel bir içeceğimizin, şalgamın da ana malzemesini oluşturur



Fotoğraf "Doctor" tarafından gönderildi. 03.02.2022