



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

---

## Eingelegte grüne Oliven

Yeşil Zeytin Salamurası



650 g grüne Oliven  
3 KL Felsensalz  
½ KL Zitronensalz  
1 Scheibe Zitrone  
1 EL Olivenöl

- # Die frisch von den Bäumen gesammelten Oliven für den Winter einlegen. Hierzu jeder Olive max. zwei Schlitze einschneiden und in ein entsprechend grosses Glas einfüllen.
- # Jede Woche die Flüssigkeit ausleeren und neues einfüllen. Diesen Vorgang 6 Wochen fortführen.
- # Nach dieser Zeit die entwässerten Olive in ein Liter Gläser einfüllen und Zitronensalz und Salz hinzugeben und bis ein fingerbreit unter den Verschluss mit Wasser befüllen.
- # Danach Zitronenscheiben einlegen und mit Oliven ÖL begießen und anschließend den Deckel gut verschliessen.
- # In einer dunklen und kühlen Umgebung 15 Tage aufbewahren bevor es zu Tisch gebahrt werden kann.

**Tipp:** Da die Einlegeflüssigkeit, die wöchentlich ausgeschüttet wird stark säurehaltig ist darfe es unter keinen Umständen an Baumstämme oder gar in Blumen gegossen werden. Wenn die Reifezeit verkürzt werden soll, dann kann man auch in die Oliven 4-5 Schlitze einschneiden, wenn sie sehr schnell verzehrt werden wird, dann kann man es auch zerstampfen. Die grünen Oliven können ab Mitte August von den Bäumen gesammelt werden. Im November werden die Oliven dann schwarz.