



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

KIRMIZI LAHANA GARNİTÜRÜ



1 adet küçük kırmızı lahana
1 ay bardağı sızma zeytinyağı
2-3 diř sarımsak
yarım çay bardağı elma sirkesi
yarım çay bardağı limon suyu
2 tatlı kaşığı kadar tuz

- # Lahananın dışı iyice yıkanır. Boyuna 4 parçaya kesilir, beyaz kısımları keserek atılır.
- # Sonra mümkün olduğu kadar ince kıyılır. zerine tuz ve ezilmiş sarımsak eklenir, gevşeyene kadar ovulur.
- # Sirke, limon suyu ve zeytinyağı katılır, karıştırılır.
- # Kabin kapağı kapatılır. Buzdolabının alt rafına yerleştirilir.
- # Günde bir kere kapağını açmadan çalkalanır.
- # Bir hafta sonra servise sunulabilir.

Not: Bu garnitür turşu gibi uzun süre kullanılır.