



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DANA TURP ÇORBASI

200 gram dana et
1 tane beyaz uzun turp
2 paket soya filiz
1 tane soğan
4 tane yeşil soğan
2 yemek kaşığı pul biber
2 yemek kaşığı soya sosu
4 diş sarımsak
2 yemek kaşığı margarin

Soya filizi yıkadım ve tencereye az suyla birlikte haşladım. Haşlarken soya filizin kokusu çıkıncaya kadar kapağı açmamak lazım! açarsa soya filiz hep kötü kokar. Fazla haşlanmak gerekmiyor. Koku çıktıktan sonra hemen kapağını açıp soya filizi soğuk sudan geçirin.

Az yağlı ama çok yumuşak oluyor. kuşbaşı şekilde keser ama kuşbaşıdan ince olması lazım.

Soya sosu ve karabiber eklenir. 20 dk. bekletir.

Dana et ile beyaz turpu tencerede kavurmaya başlar. Margarin ile kavurdum. eti kavurduktan sonra suyu ilave eder.

Haşlanmış olan soya filiz ve yarım ay şeklinde kesen kuru soğanı da eklenir.

Pul biber ekler. çok acılı isterse 2 yemek kaşıktan daha fazla ekleyebilir.

4 cm kadar kesen yeşil soğanı da ilave eder. malzemeler yumuşayınca dek iyice kaynatır.

Kaynattıktan sonra soya sosu ilave eder, tuzuyla tadını tamamlanır.

