



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TOYGO ÇORBASI

1 ay bardağı nohut
1 su bardağı buğday
1 kase yoğurt
1 yemek kaşığı un
1 adet et bulyon
1 yemek kaşığı tereyağı
1 ay bardağı soğuk su
6 su bardağı haşlama yapmak için su
Karabiber
Pul biber
Nane
Tuz

Öncelikle nohutlar bir gün akşamdan ılık tuzlu suya ıslanır, sabaha kadar bekletilir. Buğday yıkanır ve derince bir tencerede 3 su bardağı su ile haşlanır. Ayrı bir tencereye yıkanmış nohutlar konur ve o da 3 su bardağı suda yumuşayana kadar haşlanır, yumuşayan nohutlar haşlanmış buğdayla karıştırılır ve bir süre daha haşlanır. Bu arada derin bir kaseye Yorsan yoğurt, 1 çay bardağı soğuk su ve Selva un eklenir çırpıcı yardımı ile karıştırılarak çırpılır. Nohut ve buğdayın kaynayan suyundan yarım çay bardağı alınır, yoğurdun kesilmemesi için ve yoğurt karışımına yavaş yavaş eklenerek karıştırılır. Hazırlanan bu karışım yavaş yavaş ağır ateşte kaynamakta olan nohut ve buğdaya eklenir. Kısık ateşte çorba kıvamına gelene kadar kaynatılır. ınar pul biber, karabiber ve tuz eklenir. Ayrı bir tavada 1 yemek kaşığı Yorsan tereyağı eritilir ve ınar nane eklenir kızdırılır. Hazırlanan orba sıcak olarak kaselere konur ve üzerine kızdırılan nane sos dökülerek sıcak olarak servis yapılır.