



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AYRAN AŞI (ARTVİN)

82 g / Yarım su bardağı gendirme (aşurelik buğday)

Büyük bir mandalina kadar kıyma

Tuz

1 adet orta boy kuru soğan

30 g / 2 yemek kaşığı tereyağı

400 g / 2 su bardağı yoğurt

1 yumurta

24 g / 2 yemek kaşığı un

7 su bardağı su

9-10 dal aşotu (kişniş otu)

Tencereye koyduğunuz yarım su bardağı aşurelik buğdaya üzerini 4 parmak geçecek kadar su ekleyin. Bir taşım kaynattıktan sonra ocaktan alın. Buğdayların iyice şişmesi için tencerenin kapağı kapalı bir şekilde 4-5 saat bekletin.

Kıymaya tuz ilave edilerek iyice yoğurun. Fındıktan küçük köfteler yapıp, hafif ateşte suyunu salıp çekinceye kadar kızartın.

Küçük küçük doğradığınız soğanları 2 yemek kaşığı zeytinyağında sararınca kadar kavurun.

Ayrı bir kâsede yoğurt, un ve yumurtayı hiçbir pütür kalmayana kadar iyice çırpın.

Şişen buğdayların üzerine 7 su bardağı kadar su koyarak kaynatın.

Köfteleri buğdaylara ekleyerek 5-10 dakika kadar kaynatın ve kavrulmuş soğanı ilave edin.

Çorbanın suyundan bir iki kaşık yoğurt, yumurta, un karışımına eklerak ılınmasını sağlamak için karıştırın. Ilınan karışımı yavaş yavaş çorbaya dökün ve bir yandan da sürekli karıştırın. Beş dakika kadar daha kaynatın.

Tuzu ekleyin.

İnce doğranmış aşotu ilave edilerek bir iki taşım daha kaynatın.