



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## BUĞDAYLI BALIK ÇORBASI

2 adet soğan  
yarım demet maydanoz  
yarım demet nane  
1 tatlı kaşığı tuz  
Yarım su bardağı sirke  
1 kilo levrek  
100 gram sıvı yağ  
250 gram aşurelik buğday  
2 adet yumurta sarısı  
8 su bardağı su  
yarım adet limonun suyu

Sıvı yağda, soğanları biraz tuz serpererek pembelerinceye kadar kavurun. İnce kıyılma maydanoz ve naneyi ekleyin, biraz daha kavurarak suyu ve sirkeyi katın. Yaklaşık 10 dakika kaynatıp, ateşten alın, tenceredeki malzemenin suyunu bir tülbentten (ya da süzgeçten) temiz bir Tencereye süzdürün.

Sirkeli suyun içerisine balıkları yerleştirip, tencereyi ateşe oturtun. Kapağını kapatıp, balıkları iyice pişirin.

Tencereyi ateşten alıp balıkları çıkarın. Derileriyle kılçıklarını ayıklayarak etlerini bir tabağa alın. Tenceredeki balık suyunu ise tekrar bir tülbentten temiz bir tencereye süzdürün.

Buğdayı, üzerini 4 parmak aşacak kadar su ile tencereye koyup, ateşe oturtun. Bir taşım kaynatın. Ateşi kısıp, buğdayı pişmeye bırakın. Buğdaylar yumuşamaya başladığında dibine yapışmaması için bir kepçe ile karıştırın. Koyulaşma başlar başlamaz üzerinde biriken kefi alıp, atın. Attığınız ket kadar temiz su ekleyip pişirmeyi sürdürün. Bu kefi alma işlemini 5-4 kez tekrarlayıp buğday yumuşayınca tencereyi ateşten alın.

Tenceredeki buğdayı biraz dinlendirdikten sonra tülbentten temiz bir tencereye süzdürün. Yeniden ateşe oturtun. Koyulaşmaya başlayınca süzdürdüğünüz balık suyunu azar azar karıştırın..

Bir kapta yumurta sarılarını limon suyu ile çaparak terbiyeyi hazırlayın. Çorbanın Suyundan katarak terbiyeyi ılındırın. Sürekli karıştırarak terbiyeyi çorbaya yedirin. Yumurta kokusu gidinceye kadar çorbayı pişirip ateşten alın.

Balık etlerini kâselere paylaşdırın. Üzerlerine çorbasını bölüştürüp, sıcak servis yapın.