BUĞDAYLI KIŞ ÇORBASI

Sahrap Soysal

300-400 gr brokoli
2 su bardağı aşurelik buğday
4 yemek kaşığı zeytinyağı
4 adet taze yeşil soğan
1 adet orta boy havuç
1 adet orta boy patates
2 adet orta boy dolmalık kabak
1 yemek kaşığı domates salçası
8 su bardağı et ya da tavuk suyu
1 adet büyük boy limonun suyu (2-3 yemek kaşığı nar ekşisi de kullanılabilir)
3 diş büyük boy sarımsak (dövülmüş)
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
ayrıca;
2 su bardağı yoğurt

Buğdayı derin bir kaba alın ve akşamdan bol soğuk suyla ıslatın.
Ertesi gün yıkayıp süzün ve üzerine 2 santim kadar çıkacak suyla sık sık karıştırarak haşlayın. Kaynamaya başladıktan 15 dakika sonra ocaktan alın.
Patates, kabaklar ve havucu soyup yıkayın. Sebzeleri ayrı kaplara tavla zarı formunda doğrayın. Brokoliyi yıkayıp kalın saplarını kesin. Çok küçük çiçek demetleri halinde kesin. Taze soğanı ayıklayıp 1 santim kalınlığında doğrayın.
Zeytinyağını büyük bir tencereye aktarıp üzerine yeşil soğan ve havuç ekleyin. Orta ısılı ateşte, sürekli karıştırarak 2 dakika kadar kavurun.
Üzerine salça ilave edip 1 dakika daha kavurduktan sonra sıcak et ya da tavuk suyunu aktarın. Tuz ve karabiber de serptikten sonra kaynamaya bırakın.
Çorba kaynamaya başlayınca buğday, brokoli ve patates ekleyip sık sık karıştırarak 20 dakika kadar pişirin.
Kabakları ilave edip karıştırmaya devam ederek 10 dakika daha pişirdikten sonra ocaktan alın.
Limon suyu (nar ekşisi de kullanılabilir) ve dövülmüş sarımsakları da katın. Servise sunulurken, her tabağa 1 yemek kaşığı çırpılmış yoğurt koyun ve çorbayı sıcak sıcak servise sunun.

© lezzetler.com tarif no:62012 • adı:Buğdaylı Kış Çorbası • gönderen:Yemek Tarifleri • indirme tarihi:19.08.2025 - 05:40