



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BÜTÜN ÇORBA (TOKAT)

1 su bardağı bütün yarma
1 çay bardağı nohut
1 çay bardağı kuru fasulye
Orta boy tencerenin yarısı kadar yoğurt
1.5 yemek kaşığı kuru nane

1 gece önceden 1 su bardağı bütün yarma, 1 çay bardağı kuru fasulye, 1 çay bardağı nohut orta boy tencereye konularak üzeri 2-3 parmak geçecek şekilde su eklenir ve ertesi gün için bekletilir. Bir gece önceden ıslatılan bakliyat, yeniden sudan geçirilerek süzülür. Dödüklü tencereye önceden ıslatılan bakliyatla birlikte üzerlerini 3 parmak geçecek şekilde su eklenerek yüksek ocak ateşe konur. Dödüklü tencerenin ortalama 10 dakika sonra buharı çıkmaya başlayınca kısık ocak ateşe alınarak buhar düğmesi kapatılır. Bakliyat çok su çektiği için fazla su konulmalıdır. 30 dakika da kuru bakliyat pişer ve dödüklü tencere soğumaya bırakılır. Orta boy tencerenin yarısı kadar yoğurt konularak ayran kıvamına gelene kadar çırpılır. Soğuyan bakliyatların fazla suyu alınır. Amaç bütün çorbanın fazla sulu kıvamda olmamasıdır. Üzerine 3 tatlı kaşığı tuz eklenir ve karıştırılır. Ardından yavaş yavaş ayran kıvamına gelen yoğurdu bakliyata karıştırırız. Üzerine 1,5 yemek kaşığı kuru nane ile süsleyip soğuk servis edilebilir.