



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## ET SUYU (KİBRİT BİÇİMİ SEBZELİ)

- 1) 1 adet orta boy havuç, 1 adet orta boy kereviz, 1 adet orta boy pırasanın yalnız beyaz kısmını alınız.
- 2) Sebzeleri temizleyip havuç ve pırasayı 5'er santim uzunluğunda kesiniz. Pırasayı uzunlamasına ortadan yarıp, yarılan pırasayı tekrar uzunlamasına kibrit gibi doğrayınız. Havuçları bir milim kalınlığında uzunlamasına dilimleyip, tekrar uzunlamasına kibrit gibi dilimleyiniz. Kerevizi bir. milim kalınlığında halka halka dilimleyip, dilimleri uzunlamasına kibrit gibi doğrayınız. Hepsini bol suyun içinde yıkayınız.
- 3) Sebzelere göre, bol kaynar tuzlu suda 15 dakika haşlayıp, soğuk su ile soğutup servis yapacağınız anda, susuz olarak konsome veya et suyunun içine katarak servis yapınız.

Not: 500 gram kibrit gibi doğranmış sebze, 10 kişilik konsome veya et suyuna kâfi gelir. Yani, 1 kişiye 50 gram net doğranmış sebze yeterlidir.

---