



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAVUÇLU KONSOME

Malzemesi:

8 bardak et veya tavuk suyu

2 bardak su

500 gr. siğir kıyması

5 yumurta akı

tuz

2 orta havuç

Hazırlanışı:

Bir kuşaneye 5 yumurta akı koyarak aklar beyazlaşınca kadar 5 dakika telle dövün. Sonra bunlara yağsız, siğir kıyması ile 2 bardak su katın. İyice karıştırın. Sonra da yağsız et suyunu ilave edin. Kapaksız olarak çok hafif ateşte 45 dakika kaynatın. Sonra bu suyu bir peçeteden geçirmek suretiyle başka bir kaba süzün.

Havuçların üzerini kazıyarak haşlayın. İnce uzun çubuklar halinde kesin. Kansomeye ilave ederek sıcak veya soğuk olarak servis yapın.