



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISIRGANOTU ÇORBASI

1 bağ ısırganotu
1,5 litre su
3 yemek kaşığı un
2 yemek kaşığı tereyağı
2 su bardağı süt
200 ml kutu krema
1 yemek kaşığı yoğurt
Tuz

Isırgan otlarını 1-2 su yıkadıktan sonra, iri iri doğrayın. Geniş bir tencereye 1,5 litre su ile birlikte alın. Suya bir miktar tuz atın ve 15 dakika kadar haşlayın. Haşlanan ısırgan otlarını ocaktan alın, tencerenin içinde rondodan geçirin. Küçük bir tencerede unu ve tereyağını kokusu çıkıncaya kadar kavurun. Sütü ekleyerek ırpıcı yardımıyla iyice çırpın. Koyulaşan un karışımına 1 kepçe çorba suyundan ekleyerek çırpın. ırpıtığınız karışımı çorbaya ilave edin ve orta ateşte 1 taşım kaynatın. Son olarak bir kase içinde ırpıtığınız kremayı ekleyerek karıştırın ve 3-4 dakika daha kısık ateşte pişirerek servis yapın.

Not: İsterseniz orbanızda krema kullanmayabilirsiniz, eğer daha yoğun olmasını isterseniz kullandığınız süt miktarını azaltabilirsiniz.

