



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARNABAHAH PÜRESİ ÇORBASI

- 1 çorba kaşığı tuzsuz tereyağı
- 3 soğan (yaklaşık 500 g, kabukları soyulup, ince doğranmış)
- 1/2 tatlı kaşığı kekik
- 1 karnabahar (yaklaşık 1 kg; çiçeklere ayrılmış)
- 1 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 6 su bardağı tuzsuz tavuk suyu
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1/2 tatlı kaşığı hintceviz rendesi
- bir tutam karabiber (taze çekilmiş)
- 100 g süzme yoğurt
- 75 g krema
- 1 tatlı kaşığı zerdeçal

Tereyağını bir tencereye koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak, yağı eritin. Soğanları ve kekiği ekleyip, tencerenin kapağını kapatın ve soğanları yaklaşık 15 dakika, renklerinin dönmemesi için sık sık karıştırarak, pişirin.

Karnabahar çiçeklerinin yaklaşık 1/4'ünü süsleme için bir kenara ayırıp, kalan karnabahar çiçeklerini ve sarımsağı tencereye ekleyerek karıştırın. Tencerenin kapağını kapatıp, karışımı ara sıra karıştırarak 15 dakika kadar pişirin. Tavuk suyu, tuz, hintceviz rendesi ve karabiberi ekleyip, ateşi kısın ve tencerenin kapağını yeniden kapatarak, karışımı 20 dakika daha pişirin.

Bu arada süzme yoğurdu ve kremayı blender kabına koyup, pürüzsüz bir kıvam alıncaya kadar karıştırın. Sonra bir kâseye aktarın, bir kenara bırakın.

Tencereyi ateşten alıp, karnabaharlı karışımı blender kabına aktararak, püre kıvamı alıncaya kadar karıştırın. Sonra püreyi yeniden tencereye aktarın, tencereyi kısık ateşe oturtarak kâsedeki yoğurt - krema karışımını ekleyin.

Bir kenara ayırdığınız karnabahar çiçeklerini küçük bir tencerede zerdeçalla karıştırıp, üstlerini örtecek kadar su ekleyin ve tencereyi orta ateşe oturtarak, suyu bir taşım kaynatın. Kaynayınca, ateşi kısın, karnabaharları iyice yumuşayınca kadar (yaklaşık 7 dakika) pişirin. Her iki tencereyi de ateşten alıp, çorbayı 8 çukur tabağa bölüştürün. Haşlanmış karnabahar çiçeklerini de kaşıkla tabaklara bölüştürüp, bekletmeden servis yapın.



Fotoğraf "Somuncu" tarafından gönderildi. 03.04.2023

