



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KEREVİZLİ KREMALİ DETOKS ÇORBASI

<https://www.elele.com.tr>

1/2 adet yıkanmış, doğranmış kereviz
3 adet dilimlenmiş soğan
1/4 su bardağı mısır
1/2 adet soyulmuş kombu yosunu
1 veya 1/2 yemek kaşığı zeytinyağı
Deniz tuzu
Defne yaprağı

Soğanları tavada 10 dakika boyunca pembeleşinceye kadar zeytinyağı ve deniz tuzuyla birlikte pişirin. Kereviz, defne yaprağı, yosun ve suyu, sebze miktarının yarısını kaplayacak şekilde ekleyin. Üstünü kapayın ve 20 dakika boyunca orta ısıda pişirin. Yosun ve defne yaprağını çıkarın. Sebzeleri kremi bir kıvama bürünene kadar ezin. Daha hafif bir doku elde edebilmek için biraz daha su ekleyebilirsiniz. Mısırı da ekleyip karıştırın ve 5 dakika boyunca kısık ateşte pişirin. İster sıcak servis edebilirsiniz ya da soğuyana kadar bekleyebilirsiniz.

