



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

## KİBRİT SEBZELİ KONSOME

750 gram tavuk kıyması (kalın makineden çekilmiş)  
1 çorba kaşığı tuz  
5 su bardağı soğuk su (1 litre)  
6 yumurtanın beyazı  
20 su bardağı tavuk suyu (4 litre)  
1 adet orta boy havuç  
1 adet orta boy kereviz  
1 adet orta boy pırasa

- 1) Akşamdan, et suyu hariç, bütün malzemeyi bir kaba koyup iyice karıştırınız ve buzdolabına koyunuz.
- 2) Sabah bu malzemeyi kaynatacağınız tencereye yerleştirip, et suyunu da ilâve ederek hızlı ateşe koyunuz ve ağır ağır, devamlı, kaynama zamanına gelinceye kadar ağaç bir spatula ile karıştırınız.
- 3) Kaynadıktan sonra, karıştırmayınız ve ağır ateşte 3 saat kaynatıp ateşten alınız. Temiz bir tülbentten katıyetle karıştırmadan, yalnız et suyunu alarak, süzdürünüz.
- 4) 1 adet orta boy havuç, 1 adet orta boy kereviz, 1 adet orta boy pırasanın yalnız beyaz kısmını alınız.
- 5) 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.
- 6) Sebzeleri bol kaynar tuzlu suda 15 dakika haşlayıp, soğuk su ile soğutup servis yapacağınız anda, susuz olarak konsomenin içine katarak servis yapınız.