



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KÖFTELİ LEBENİYE ÇORBASI

Köfte için:

250 gram kıyma

1 küçük soğan (rendelenmiş)

2-3 yemek kaşığı ince bulgur

Tuz, karabiber

Çorba için:

1 su bardağı yoğurt

1 yemek kaşığı un

1 yumurta sarısı

1 çay bardağı haşlanmış nohut

1 çay bardağı pirinç

5-6 su bardağı et suyu veya su

Tuz

Üzeri için:

2 yemek kaşığı tereyağı

1 tatlı kaşığı kuru nane

1 çay kaşığı pul biber (isteğe bağlı)

Kıyma, rendelenmiş soğan, bulgur, tuz ve karabiberi bir kaba alın ve iyice yoğurun.

Harçtan misket büyüklüğünde köfteler yapın ve bir tepsiye dizin. Köftelerin birbirine yapışmaması için üzerlerine un serpin ve tepsiyi hafifçe sallayın.

Tencereye yıkanmış pirinci, haşlanmış nohudu ve et suyunu (veya suyu) ekleyin. Orta ateşte kaynamaya bırakın. Pirinçler yumuşayana kadar pişirin.

Bir kasede yoğurt, un ve yumurta sarısını pürüzsüz olana kadar çırpın.

Çorbanın sıcak suyundan bir kepçe alıp yoğurtlu karışıma ekleyin (kesilmesini önlemek için).

Yoğurtlu karışımı azar azar tencereye dökün ve sürekli karıştırarak çorbaya yedirin.

Hazırladığınız köfteleri çorbaya ekleyin. Köfteler pişene kadar (10-15 dakika) kaynatmaya devam edin.

Küçük bir tavada tereyağını eritin. Nane ve isteğe bağlı olarak pul biberi ekleyin. Kısa süre kavurun.

Bu sosu çorbanın üzerine dökün ve karıştırın.

Lebeniye çorbasını sıcak olarak servis edin. Üzerine ekstra nane serpebilirsiniz.

Not: Güneydoğu Anadolu Bölgesi mutfağında sıkça yapılan, yöresel ve doyurucu bir yemektir. Adı, Arapça'da "yoğurt" anlamına gelen "leben" kelimesinden gelir. Osmanlı ve Orta Doğu mutfaklarından izler taşıyan bu çorba, yoğurt ve etin mükemmel uyumunu yansıtır. Geleneksel olarak bereketi simgeler ve sıkça Ramazan ayında iftar sofralarında yer bulur.