



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KONSOME

1 Litre et suyu (4 bardak)
4 Adet yumurta akı
1/2 Litre su (2 bardak)
1/2 Kgr. yağsız sığır kıyması
Kâfi miktar tuz.

Bir kap içinde sığır eti kemikleri ile beraber iyice kaynatınız, elde ettiğiniz et suyunu bir tarafa soğumaya bırakınız.

Üzerinden donmuş olan yağlarını bir kepçe ile alınız.

Diğer bir kaba 2 yumurta akı kırınız. Telle 2 dakika kadar düğerek köpük haline getiriniz.

Bu karışıma sığır kıyması ve 2 bardak su katınız.

Yağı alınmış et suyunda ilâve ediniz.

Hafif ateş üzerinde kabın ağzı açık olarak kaynatınız.

Tencereyi ateşten alınız. Üzerine birikmiş olan köpükten kepçe ile alınız.

Geri kalan suyunu temiz bir bezden süzerek geçiriniz.

Soğumaya bırakınız.

Çay fincanları veya küçük kaselerle servis ediniz.