



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KÖRİLİ TAVUK VE MERCİMEK ÇORBASI

1 çorba kaşığı zeytinyağı veya hindistancevizi yağı
1 adet orta boy soğan
1 adet yeşil, kırmızı ve sarı biber
2 yemek kaşığı köri tozu
4 tane doğranmış domates
1 adet tavuk kanadı
50 gram kurutulmuş kırmızı mercimek
225 gram dondurulmuş ıspanak
200 gram pişmiş tavuk

Soğanı ve karabiberi yağ ile birlikte 5 dakika kadar kavurun. Köri tozunu ilave edin ve birkaç saniye daha pişirin. Domatesleri ekleyin ve kaynatın. Birkaç dakika karıştırmaya devam edin, daha sonra tavukları üzerine ufalayın ve 1 litre su ekleyin. Mercimekleri durulayın ve donmuş ıspanakla birlikte tencereye ekleyin. Deniz tuzu ve bol miktarda karabiber ile iyice baharatlayın. Düzenli olarak karıştırarak 10 dakika pişirin. Mercimek yumuşayana ve ıspanak tamamen çözülene kadar düzenli olarak karıştırarak pişirin. Limon dilimleri ile derin kaselere servis yapın.

