



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LAHANALI ŞEHİRİYELİ ET SUYU

500 g yağsız dana eti (kuşbaşı doğranmış)
125 g tel şehriye
1/4 tatlı kaşığı tuz
6 iri mantar (yıkayıp, kurulandıktan sonra, kıyılmış)
1,5 litre (6 su bardağı) tuzsuz tavuk suyu
250 g lahana (ince kıyılmış)
2 çorba kaşığı maydanoz (kıyılmış)

Bir tencereye 1 litre (4 su bardağı) su koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak, bir taşım kaynatın. Kaynayınca kuşbaşı etleri ekleyip, yumuşayınca kadar (yaklaşık 15 dakika) haşlayın.

Bu arada bir başka tencereye 1 litre (4 su bardağı) su koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak, suyu bir taşım kaynatın. Kaynayınca tuzu ve şehriyeleri ekleyip, karıştırdıktan sonra, şehriyeleri yumuşayınca (ama diriliklerini bütünüyle yitirmemelidirler) kadar (yaklaşık 4 - 5 dakika) haşlayın. Etlerin haşlandığı tencereyi ateşten alıp, etleri delikli spatulayla bir tabağa çıkarın (pişme suyunu atın). Öbür tencereyi de ateşten alıp, şehriyeleri bir süzgeçte süzdükten sonra, soğuk su altında çalkalayarak, bir kenara bırakın.

Büyük bir tencereye 2,5 cl. (1/2 su bardağından biraz çok) su, mantarlar ve tavuk suyunu koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak, karışımı bir taşım kaynatın. Kaynayınca haşlanmış etleri ve lahanaları ekleyip, karışımı yeniden birtaşım kaynatın. Kaynayınca şehriyeleri ekleyip, 2 dakika daha pişirdikten sonra, tencereyi ateşten alın. Maydanozları ekleyip, karıştırdıktan sonra, çorbayı ısıtılmış 6 çorba kâsesine bölüştürerek, servis yapın.