



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LEVREK ÇORBASI

1 adet orta boy levrek
1/2 çay bardađı elma sirkesi
1 orba kaşığı tereyağı
1 adet sođan
1/2 demet maydanoz ve nane
6 su bardađı su
1 tutam safran ve tarçın
1 orba kaşığı buğday nişastası
1 adet limonun suyu
Tuz, karabiber

Balığı temizleyip filetosunu çıkarın. Safranı elma sirkesinde iki saat bekletin. Yemeklik doğranmış soğanı tereyağında kavurun. Üzerine ince kıyılmış maydanoz ve naneyi ekleyin, biraz kavurup suyunu katın. 20 dakika kaynattıktan sonra süzün ve suyu yeniden ocağa koyun. Kaynamaya başlayınca iri parçalar halinde kestiğiniz balığı ve baharatları katıp 15-20 dakika pişirin. Safranlı sirkeyi süzüp ekleyin. Niřasta, limon suyu ve bir çay bardağı suyu karıştırın. orbaya azar azar ve sürekli karıştırarak ilave edin.

