



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MAKARNALI SEBZELİ SIĞIR ÇORBASI

250 g siğir filetosu (yağları temizlenip, yaklaşık 2,5 cm boyunda şeritler halinde kesilmiş)
1 çorba kaşığı soya sosu
60 g çubuk makarna (kırılmış)
1/2 tatlı kaşığı tuz
8 su bardağı tuzsuz esmer et suyu
250 g çinlahanası (ya da marul; yaklaşık 5 mm kalınlığında şeritler halinde doğranmış; isteğe bağlı)
1 tatlı kırmızı biber (şeritler halinde kesilmiş)
250 g dil peyniri (iri parçalar halinde doğranmış, isteğe bağlı)
4 diş sarımsak (ince kıyılmış)
1 çorba kaşığı sirke
3 taze soğan (yalnızca yeşil bölümleri ayıklanıp, verevine doğranmış; beyaz bölümlerini başka bir tarifte kullanabilirsiniz)
bir tutam karabiber (taze çekilmiş)

Büyük bir kâseye siğir filetosu şeritleri, soya sosunu koyup, iyice karıştırdıktan sonra, oda sıcaklığında en az 1 saat bekletin .

Bu arada bir tencereye 4 su bardağı su koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak, bir taşım kaynatın. Kaynayınca çubuk makarnalar ile tuzu koyup, makarnaları yumuşayınca (ama diriliklerini bütünüyle yitirmemelidirler) kadar (4 - 5 dakika) haşlayın. Tencereyi ateşten alıp, makarnaları bir süzgeçte süzerek, akar su altında çalkaladıktan sonra, bir kenarda süzölmeye bırakın.

Et suyunu bir tencereye koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak, bir taşım kaynatın. Kaynayınca çinlahanası (ya da marul) şeritlerini ekleyip, 5 dakika pişirin. Tatlı kırmızı biber şeritlerini katıp, lahanalar ve kırmızı biberler iyice yumuşayınca kadar (yaklaşık 2 dakika) pişirin. Süzölmüş makarnalar ve kâsedeki soslu siğir eti şeritlerini ekleyip, ateşi kısarak, 2 dakika pişirin. Tencereyi ateşten alıp, sarımsak, sirke, taze soğanlar, karabiber ve dil peyniri, parçalarını (isteğe bağlı) ekleyerek, karıştırdıktan sonra, çorbayı büyük bir çorba kâsesine aktarın ve bekletmeden servis yapın.