



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞEHİRİYE ÇORBASI (DİYET)

1/2 kaşık tereyağı
1/2 domates
1 çay bardağı şehriye
2 bardak su
Tuz

Orta boy bir domates ya da büyük bir domatesin yansı kullanılır. Domates iyice yıkanıp, temizlendikten sonra küçük parçalar halinde doğranır. Yarım kaşık tereyağı tencereye konur, hafif ateşte eritilir. Üzerine domates konulduktan sonra hafif ateşte ısıtmaya devam edilir. Domates, salça kıvamına geldikten sonra içine su konur, kaynatılır. Tuzu ilâve edilir

Şehriye beş dakika kadar kaynar bir suda haşlandıktan sonra bol su ile temizlenir ve bu tencereye, su kaynamaya başladıktan sonra içine su konur, kaynatılır. Tuzu ilâve edilir.

Şehriye beş dakika kadar kaynar bir suda haşlandıktan sonra bol su ile temizlenir ve bu tencereye, su kaynamaya başladıktan sonra boca edilir. Kaynama durur. Biraz sonra yeniden başlar. Şehriye taneleri iyice yumuşayınca kadar hafif ateşte kaynama devam ettirilir. Suyu az gelirse biraz ilâve edilir. Kaynama 20 dakika kadar sürer. Pişen çorba tabaklara alınmadan evvel, isteniyorsa maydanoz doğranır, bir taşım kaynatıldıktan sonra, servis yapılır.