



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SOĞUK AYRAN AŞI ÇORBASI

- 1 demet taze nane
- 2 bardak aşurelik buğday
- 2 kilogram yoğurt (çırpılmış)
- 1 büyük su bardağı su
- 1 çay kaşığı tuz

Öncelikle buğdayınızı güzelce yıkayın ve tencereye koyup üzerine sıcak su ve biraz tuz ekleyip kaynatın. Kaynadıktan sonra altını ve kapağını kapatın 2 saat bekleyin. Şişen ve hazır olan buğdaylarınızın suyunu süzüp buzdolabına kaldırın.

Yoğurduğunuzu bir tencereye alıp güzelce çırpın ve üzerine ne çok cıvık ne de çok yoğun olacak şekilde soğuk su ekleyip tekrar karıştırın ve arzuya göre tuz ekleyin.

Son olarak nanelerinizi güzelce yıkayıp, doğrayın ve hazırladığınız yoğurdun içerisine dolaptaki buğday ve nanenizi ekleyin.

Not: Çorbanızı içeceğiniz zamana kadar ağzı kapalı bir şekilde buzdolabında saklayabilirsiniz. Buğday ve nohut iyice soğutulmadan yoğurt içine katılırsa çorbanızın tadı ekşi olur + yoğurt kesilebilir, o nedenle buğday ve nohudu iyice soğutup yoğurda öyle eklemelisiniz. Çorbada kullanacağınız yoğurt için süzme ve normal yoğurt (her ikisini de yarı yarıya karıştırarak) kullanırsanız çorbanız çok daha güzel olur. Bu çorba dolapta bekledikçe koyulaşabilir o nedenle dolaptan çıkartınca çorbayı bir karıştırın, gerek görüyorsanız ekstra soğuk su ekleyerek çorbayı istediğiniz kıvama getirin. Buğdayı ve nohudu ilk başta çok güzel yıkamalı öyle ıslatmalısınız buğday, nohut üstünde çokça ilaç barındıran bakliyatlarıdır.

