



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞUK SEBZE ÇORBASI

- 2 tatlı kaşığı ayçiçek yağı
- 1 küçük soğan (ince doğranmış)
- 2 çorba kaşığı köri
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 500 g domates (kabukları soyulup, çekirdekleri temizlendikten sonra, iri parçalar halinde doğranmış)
- 3 su bardağı tuzsuz tavuk suyu
- 1/4 tatlı kaşığı kekik
- 1 dolmalık biber (sap ve çekirdekleri temizlendikten sonra, yaklaşık 1 cm. kalınlığında doğranmış)
- 100 g karnabahar (yalnız çiçekli bölümleri; boylamasına ince doğranmış)
- 1 küçük havuç (kazınıp, ince doğranmış)
- 2 küçük kabak (kazınıp, ince doğranmış)
- 1 çorba kaşığı sirke
- 1/2 tatlı kaşığı tuz
- bir tutam karabiber (taze çekilmiş)

Bir tencereye ayçiçek yağını koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak yağı ısıtın. Isınınca soğanları ekleyip, 4 dakika pişirin. Curryyi (isteğe bağlı) serpip, 1 dakika daha pişirdikten sonra, sarımsakları ekleyerek 30 saniye daha pişirin. Domatesleri katıp, sık sık karıştırarak, suyunun 1/3'ünü çekinceye kadar (10 - 15 dakika) pişirin. Bu arada tavuk suyunu bir tencereye koyup, kekiği serpin, içine delikli buğulama kabı yerleştirip, tencereyi orta ateşe oturtarak, tavuk suyunu ısıtın. Isınınca buğulama kabına dolmalık biber, karnabahar, havuç ve kabak parçalarını koyup, tencerenin kapağını kapatarak, sebzeleri iyice yumuşayınca kadar (6 - 7 dakika) buharda pişirin. Her iki tencereyi de ateşten alıp, buğulama kabındaki sebzeleri, domatesli karışıma ekleyin. Sirke, tuz ve karabiberi ekleyip, karıştırdıktan sonra, çorbayı büyük bir çorba kâsesine aktararak, buzdolabında en az 2 saat bekletin. Kâseyi buzdolabından alıp, bekletmeden servis yapın.

Not: Bu çorba buzdolabında 2 gün saklanabilir.