



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOYA EZMESİ ÇORBASI

<https://koreyemek.blogspot.com>

soya ezimesi 2 yemek kaşığı (soya ezimesi.. soya sosuyla yapılan çok sağlıklı Kore uslu yemek sosudur.)
kabak 1 tane
patates 1 tane
kuru soğan 1 tane
topu 100 gr
et yada balık suyu 4 su dardak

balık suyu çıkarmak için kuru hamsileri kullandım. Türkiyede bulamasa et suyu kullanabilirsiniz.
Balık suyunu iyice çıkardım. Bu balık suya sebzeler ekleyeceğiz. Patates, kuru soğan ve kabağı uygun şekilde doğranır. Topuda aynı şekilde doğranır.
Kaynamış olan balık suyun içerisine sebzeler ekler. yumuşak oluncaya dek kaynatır. sonra soya ezimesi ilave eder.
Topuda ilave eder. Pul biber ekleyebilirsiniz. Yeşil soğan varsa en son dakikada ekleyebilirsiniz.
Çok sağlıklı bir çorbadır.

