



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SULU KÖFTE ÇORBASI

[Sahrap Soysal](#)

200-300 gr az yağlı dana kıyma  
½ su bardağı ince bulgur  
2 yemek kaşığı pirinç  
½ demet maydanoz  
4 çay kaşığı kuru reyhan yada fesleğen  
1 çay kaşığı karabiber  
1 çay kaşığı tuz  
1 çay kaşığı kırmızı pulbiber  
2 adet ince uzun havuç  
1 adet büyük boy patates  
1 adet orta boy soğan  
2 adet orta boy domates yada 1 yemek kaşığı domates salçası  
7-8 su bardağı et ya da tavuk suyu (hazır bulyon da kullanabilirsiniz)  
½ su bardağı konserve nohut (isteğe bağlı)  
Terbiye sosu için;  
2 su bardağı yoğurt  
1 adet yumurta  
1 tepeleme yemek kaşığı un  
1 adet limonun suyu

Pirinci ve bulguru bol suyla yıkayıp süzün. Soğanı rendeleyip suyunu sıkın. Maydanozu ayıklayıp incecik kıyın. Havuçları ve patatesi tavla zarı formunda, küp küp doğrayın.

Kıyma, pirinç, bulgur, reyhan, kırmızı biber, karabiber, tuz, soğan ve maydanozu derin bir kaba koyup macun kıvamına gelinceye kadar, en az 5 dakika sıkıca yoğurun. Böylece hazırlanan köfte hamurunu bir kenarda bekletin.

Bir tepsiye 3 yemek kaşığı un serpin. Avuçlarınız arasında yuvarlayarak hazırladığınız misket ya da vişne büyüklüğündeki köfteleri tepsiye koyup unlayın.

Küp küp doğradığınız havuçları orta boy bir tencerede ve orta ısıllı bir ateşte kızdırdığınız sıvıyağda yaklaşık 2-3 dakika kavurun. Salçayı ya da rendelenmiş domatesleri ilave edip 2-3 dakika daha kavurun. 7-8 su bardağı suyu ve bulyonu da ekleyin ve kaynamaya bırakın. Kaynamaya başlayınca patatesleri ve köfteleri ilave edin. İsterseniz bu aşamada konserve nohudu da ekleyebilirsiniz. Arada sırada karıştırarak tekrar kaynamasını bekleyin. İsterseniz tuz ekleyip tekrar karıştırın. Yaklaşık 10-12 dakika sonra köfteler pişmiş olacaktır.

Terbiye sosunu hazırlamak için; yoğurt, yumurta, un ve limon suyunu bir kaseye aktarın tel çirpici yardımıyla çırpın. Kaynayan yemeğin suyundan bir kepçe kadar alıp sosa ekleyin ve sosu ılık hale getirin. Bir taraftan yemeği karıştırırken bir taraftan da sosu tencereye aktarın.

Karıştırmaya devam ederek 5 dakika daha pişirdiğiniz yemeği ocaktan alın. Üzerini bol kuru nane ve incecik kıyılmış maydanozla süsleyerek servise sunun.