



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SÜTLÜ BUĞDAY ÇORBASI (ANTALYA)

1 su bardağı aşurelik buğday
500 gram kemikli kuzu veya oğlak eti
8 su bardağı süt
1 su bardağı haşlanmış nohut
1 yemek kaşığı tahin
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz

Buğdayı tuzlu suda yumuşayacak ama dağılmayacak şekilde haşlayın.
Bu esnada etleri de bir başka tencerede üzerini bir parmak geçen suda haşlamaya başlayın.
Eti yaklaşık 10 dakika haşladıktan sonra buğdayları da ete ilave edin.
Etleri, suyunu çekene ve kemiklerinden kolayca ayrılana kadar haşlayın.
Sütü de tencereye ekleyip kaynatın.
Haşlanmış nohutları, karabiberi, tahini ve tuzu da çorbaya ekleyip altını kısın.
Kıvamı biraz koyulaşana kadar ara sıra karıştırarak pişirmeyi sürdürün.
Kıvamı koyu gelirse biraz daha süt ekleyip açabilirsiniz.
Çorbanızı kaselere bölüştürdükten sonra üzerine kırmızı biberli tereyağı gezdirebilirsiniz.

