



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

TAVUK ÇORBASI

1 Parça Tavuk Gsü
2 Yemek Kaşığı Taze Yoęurt
Yarım ay Bardağı Sıvı Yaę
3 Yemek kaşığı Un
Tuz, Karabiber, Kırmızı Biber ve Bol Miktarda Sumak

Tavuk eti haşlanır suyu bir tarafa ayrılır. Pişen et ince ve uzun bir şekilde didiklenir ve beklemeye bırakılır. Dięer yanda yağ tencerede hafifi kızdırılır un pembeleşmeden sadece kokusu değişene kadar kavrulur, içine yoğur ve haşlanan tavuklardan kalan tavuk suyu ilave edilir. İyice çırpılır yada varsa önerilen bilendirdan çekilir. Su miktarı çorbanın kıvamına zevke göre artılıp azaltılabilir. Daha sonra içine tuz, karabiber, kırmızı biber ve bol miktarda sumak katılır. orba daha sonra kaynamaya bırakılır kaynadıktan sonra içine didiklenen tavuk etleri karıştırılır. Rengi biraz bulanık olacaktır. Bunun nedeni sumak ve karabiber karışımıdır. Fakat sumak' ın verdiği mayhoşluk çok önemli.
