



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## TAVUK ÇORBASI

1 bütün tavuk (suyunu çorbaya, etini ayrı bir yemeğe kullanacağız)  
6-7 su bardağı su  
1 ay bardağı arpa şehriye  
1 orba kaşığı tereyağı  
3 domates (rendelenmiş)  
5-6 sap maydanoz  
Tuz  
Karabiber

Derin bir tencereye tavuğu ve suyu koyup kaynamaya bırakın. Kaynadığında üzerinde biriken köpüğü bir kevgir yardımıyla alıp atın. Ateşi kısın. Tavuk yumuşayınca kadar kısık ateşte pişirin. Tavuğu tencerenin içinden alın. Tavuk suyunu bir kenarda bekletin. (Kaynatma işleminden sonra tavuk suyunun 5-6 bardak kalmasına dikkat edin. Tavuk pişerken suyunu çekerse su ekleyebilirsiniz). Ayrı bir tencereve tereyağını koyun. İçine rendelenmiş domatesi ilave edin. 3-4 dakika domatesin çiğ kokusu gidinceye kadar kavurun. Tavuk suyunu ve tuzunu ekleyip kaynamaya bırakın.

Kaynadıktan sonra şehriyeyi ilave edin ve şehriye yumuşayınca kadar ara sıra karıştırarak pişirin. Tuzunu kontrol edip ateşten alın. zerine incecik kıyılmış maydanoz ve karabiber serpiştirerek sıcak servis yapın.

Not: Tavuk suyu çorbalarda genellikle un kullanılmaz ama çorbayı kıvamlı seviyorsanız 1 çorba kaşığı unu tereyağıyla sararınca kadar kavurup domatesi ondan sonra ekleyebilirsiniz.