



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YEŞİL MERCİMEKLİ KAPYA BİBERLİ ÇORBA VE ÇAVDARLI EKMEK

- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 yemek kaşığı soğan
- 1 su bardağı yeşil mercimek
- 2 adet kapy biber
- 1,5 litre tavuk suyu
- 1 çay kaşığı tuz
- Yarım tatlı kaşığı taze çekilmiş karabiber
- 3 dal kıyılmış dereotu
- 1 tatlı kaşığı nar ekşisi
- Çavdarlı Ekmek için:
- 250 gr tam buğday unu
- 250 gr çavdar unu
- 330 ml ılık su
- 1 paket Pakmaya Ekşi Mayalı Ekmek Harcı (Esmer Ekmekler İçin)
- 1 çay kaşığı tuz
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 çay bardağı iri çekilmiş ceviz içi
- 2 yemek kaşığı doğranmış kuru domates
- 1 tatlı kaşığı chai tohumu
- 2 yemek kaşığı kabak çekirdeği içi

Hamur yoğurma kabına un karışımını eleyin. Üzerine paketin tamamını ve tuzu döküp kaşıkla iyice karıştırın.

Ölçülü suyu azar azar ilave ederek yoğurmaya başlayın.

El ile pürüzsüz bir hamur elde edinceye kadar yaklaşık 10 dakika yoğurun.

Hamurun üzerini örtüp ılık bir ortamda yarım saat mayalandırın.

Mayalanma süreci bittiğinde ceviz içi, kurutulmuş domates, chai tohumunu ve kabak çekirdeği içini ekleyerek hamuru bir kez daha yoğurun.

Hamurdan iki eşit parça elde edin. Her parçayı fotoğrafta gördüğünüz gibi yuvarlak ekmek şeklinde hamurlar elde edin. Bu şekilde yarım saat daha dinlendirin.

Fırının alt rafına içinde su olan bir metal kase yerleştirin.

Fırını 200 dereceye ayarlayın. Hamurlar pişince büyüyeceği için her hamuru ayrı fırın tepsisine aktarın. Ekmek hamurlarını önce 10 dakika pişirin, sonra fırının ısısını 180 dereceye indirin. 35-40 dakika daha pişirin.

Çorba için zeytinyağını ısıtıp rendelenmiş soğanı kavurun. Zar şeklinde doğranmış kapy biberleri ekleyip birkaç dakika daha kavurun. Önceden yıkayıp süzdüğünüz yeşil mercimekleri, tavuk suyunu, tuzu ekleyin. Önce yüksek ateşte 10 dakika kaynatın. Sonra ateşi orta dereceye getirip kaynatmaya devam edin. En son baharatını, kıyılmış dereotunu ve nar ekşisini ekleyip tatlandırın.



© lezzetler.com tarif no:138619 • adı:Yeşil Mercimekli Kopya Biberli Çorba ve Çavdarlı Ekmek • gönderen:seramik tava • indirme tarihi:30.04.2025 - 07:38