



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU YARMA ÇORBASI

Eyüp Sevinç

Malzemeler:

120 gr buğday

400 gr yoğurt

1 bağ reyhan otu

5 gr tuz

2 yemek kaşığı kırmızı biberli tereyağı.

Hazırlanışı:

Buğdayımızı bir gün önceden ıslatıyoruz. Islanmış buğdayı tekrar sudan geçiriyoruz, tencereye aktarıyoruz. Buğdayın üzerini dört parmak geçecek şekilde su ilave ediyoruz. Orta ateşte haşlamaya bırakıyoruz. Burada dikkat etmeniz gereken nokta, çorbanın kıvamına göre yarmanın içindeki suyu ektiriyoruz. Haşlanan buğdayı hiç süzmeden yoğurtla karıştıırıyoruz. İçerisine reyhan otu ve tuzu ilave ediyoruz. orba k sesinin içinde kırmızı biber olan tereyağı eşliğinde servis edebilirsiniz.

Not: Yarmayı haşlarken kullandığımız su miktarı çok önemli. Çünkü haşlama suyu aynı zamanda orbamızın yoğurdunu açacak kıvamda ayarlamalıyız ki nişastasını kaybetmeden ölçülü olarak hazır hale getirebilelim.