



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)  
Banu Atabay's Mutevazi Lezzetler® Kochrezepte

---

## Göcesuppe

Göce Aşı



1 Glas Weizen  
1 Glas grüne Linsen  
½ Glas trockene Maiskörner  
1 mittel grosse Zwiebel  
1 Ei  
1 Teeglas Joghurt  
1 Teeglas Öl  
2 EL Tomatenmark  
2 EL Salz  
6 Gläser Wasser oder Fleischbrühe

- # Weizenkörner, Linsen und Maiskörner jedes in einem separaten Topf unter hinzufügen von mindestens dreifacher Menge Wasser kochen.
- # Jedoch ist bei dem Kochen der Linsen zu beachten, dass hier die fein gehackten Zwiebel zusammen gekocht werden.
- # Die Hälfte des gekochten Weizens aufbewahren und ein Teeglas Öl, Tomatenmark hinzugeben und mit dem Mixer bearbeiten bis die Weizenkörner zermahlen sind.
- # In einen grossen Topf die Mischung aus Linsen und Zwiebeln, Mais und die Hälfte des Weizens zusammen mit den Flüssigkeiten hineinfüllen.
- # 6 Gläser Wasser oder Fleischbrühe einfüllen.
- # Wenn die Mischung anfängt zu kochen, dann die zuvor zubereitete Weizen-Eier-Mischung hinzugeben und gleichzeitig vermischen.
- # Wenn die Suppe samt aller Zutaten zum Kochen beginnt, dann Salz einstreuen und weitere 5 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen und anschliessend vom Herd nehmen.
- # Heiss in tiefe Teller oder Suppenschalen füllen und servieren.

**Tipp:** Die Maiskörner brauchen lange Zeit zum Kochen. Deshalb kann auch frischer Mais oder Mais aus der Dose verwendet werden. Die Göcesuppe ist eine Rezeptur aus Zentralanatolien.