



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

Pasteurisierte Suppe

Pastörel Çorba



¾ Glas frische Maiskörner
¾ Glas Erbsen
200 g Kalbgeschnetzeltes
6 EL ÖL
1 kleine Zwiebel
1 grüne Spitzpaprika
1 Glas Joghurt
1 Ei
5 EL Mehl
1 EL Salz
1 TL Pfeffer
7 Gläser Wasser
5 Äste Petersilie

- # Kalbgeschnetzeltes in 0,5 cm kleine Würfel schneiden.
- # In einen Topf Öl geben, auf mittlerer Stufe erhitzen und dann das Fleisch dazugeben und bis die Flüssigkeit des Fleisches verdampft ist braten.
- # Zu dem Fleisch fein gehackte Zwiebel und Paprika geben, einige Male umrühren und die gekochten Maiskörner und Erbsen dazugeben.
- # 6 Gläser Wasser hineinfüllen und das Ganze kochen.
- # In eine tiefe Schüssel ein Glas Joghurt geben, ein Glas Wasser, Mehl, Salz und Ei geben und das Ganze zu einer Soße verquirlen.
- # Die Joghurtsoße unter Umrühren in die kochende Suppe faden dünn eingießen.
- # Nachdem alle Zutaten hinzugegeben sind unter Umrühren 5 Minuten lang kochen.
- # Vom Herd nehmen und fein gehackte Petersilie und Pfeffer drstreuen und umrühren.
- # Warm servieren.

Tipp: Wenn Sie die Zubereitung außerhalb der Jahreszeit für frischen Mais zubereiten wollen, dann können Sie getrockneten Mais verwenden in dem Sie den Mais lange und weich kochen.