



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

---

## Sopa de Tandoori

Tandır Çorbası



4 patatas medianas  
1/3 vaso de leche  
1 cebolla mediana  
1/2 vaso de bulgur  
1 vaso de garbanzos  
1 cucharada de pasta de tomate  
7 vaso de agua o caldo  
1/3 vaso de aceite vegetal  
2 cucharadita de sal  
2 cucharaditas de menta seca

# Ponga el garbanzo en el agua por la noche, y el resto en agua la noche a la mañana. Al día siguiente, hervir las patatas y los garbanzos por separado en macetas, hasta que ablande.

# Ponga el aceite vegetal en una olla y dejar caliente. Agregar la cebolla finamente cortada en cuadritos en el mismo. Cuando la cebolla piezas a su vez transparente, agregar pasta de tomate y en ella se sofría.

# Añadir lava y tensas bulgur en ella. Después de sautéing por un tiempo, añadir agua o caldo en el mismo. Que cocinar por 15 minutos más.

# Mientras tanto, la cáscara de papas hervidas. Ralla con 1/3 vaso de leche a su vez a puré.

# Agregue el puré en la sopa, que se cocina al mismo tiempo. Revuelva por un tenedor o un batidor, hasta que la sopa smoothens.

# Agregue el cocido de garbanzo y sal en ella. Después de que llegue a la temperatura de ebullición, cocinar por 5 minutos más.

# Añadir la menta seca en ella finalmente. Revuelva la sopa y la forma de sacarlo de la estufa. Servir caliente.

**Nota:** Tandoori sopa es una sopa tradicional de Anatolia, que se cocina desde las edades antiguas.