



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

---

## Sopa de otoño

Güz Çorbası



1 vaso de lentejas verdes  
1 vaso listo para usar fideos  
1 vaso de yogurt  
8 dientes de ajo  
1 cucharada de harina  
2 cucharadita de sal  
5 vaso de agua o caldo

Para la parte superior:  
7 cucharadas de aceite vegetal  
1 cucharadita de pimienta roja triturada  
1/2 cucharadita de zumaque

- # Limpiar la lenteja verde, lavar y añadir 3 vaso de agua sobre él. Cook en olla a presión. Cuando la mezcla llega a la temperatura de ebullición, hervir por 10 minutos más.
- # Después de la ebullición de lentejas, no verter el agua de la misma. Agregar 5 vaso de agua o caldo en ella. Cuando la mezcla comience a hervir, añadir los fideos en ella.
- # Mientras tanto, la libra dientes de ajo y añadir la harina, el yogurt y la sal en ella. Luego, mezclar bien.
- # Cuando los fideos suavizar y empezar a crecer, para la mezcla de yogurt en muy lentamente por revolviendo constantemente.
- # Revuelva la sopa por lo general. Cuando la sopa alcanza a la temperatura de ebullición, a su vez el calor a bajo y hervir por 5 minutos más.
- # Fry la mezcla de aceite vegetal, zumaque y aplastado pimienta rojo, hasta que la mezcla se convierte en el color rojo de pimienta triturados.
- # Introducir la sopa en tazones o placas profundas, para la mezcla del aceite vegetal frito todo y servir caliente.

**Nota:** El color de la sopa se puede oscurecer, a causa de la eliminación de su punto de ebullición del agua. Sin embargo, verter el agua lejos que disminuye el valor nutritivo de la sopa.