



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

Frescas de caballo sopa de frijol

Taze Bakla Çorbası



250 gramos caballo de frijol fresco
5 cucharadas de yogurt
3 cucharadas de harina
1 huevo
150 gramos de carne de ternera
1 tomate grande
1/3 vaso de aceite vegetal
2 cucharadita de sal

- # Lave el caballo de frijol, limpio y bien dados.
- # Amasar el lavarse caballo frijoles con 1 cucharadita de harina y 1 cucharadita de sal.
- # Lave bien para emitir la harina y la sal de distancia. (Este proceso elimina el sabor amargo de caballo de frijol.)
- # Ponga el caballo de frijoles en una olla, y agregar 8 vaso de agua fría sobre el mismo. Cook es a fuego medio, hasta que se ablanda.
- # Mientras tanto, dice la ternera de carne.
- # Ponga la mitad del aceite vegetal en una olla y caliente a fuego mediano. Luego, agregar la carne cortada en cuadritos sobre el mismo.
- # Después de asar la carne, agregar el tomate rallado sobre ella.
- # Mientras tanto, bata la mezcla de yogur, el huevo, la sal y la harina en un cuenco como enlace.
- # Añadir la mezcla de carne y tomate, y la mezcla de enlace en el caballo de frijoles hirviendo.
- # Hierva la mezcla por un tiempo más, después de que llegue a la temperatura de ebullición.
- # Después de llenar la sopa en el plato de servicio, para el resto del aceite en toda la sopa y decore con eneldo también.

Nota: El agua para hervir el caballo de frijol se puede disminuir y puede llenar el resto de líquido con el caldo también.