



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

Sopa de verduras

Sebze Çorbası



1 zanahoria
1 calabacín
1 cebolla
La mitad manojo de espinacas
1 patata
4 cucharadas de aceite vegetal
2 vaso de leche
1/3 vaso de Orzo
1 cucharadita de sal

- # Cortar la zanahoria, calabacita, cebolla, espinaca y patata, hervir con un poco de agua hasta que ablande.
- # Hierva el Orzo durante un tiempo también.
- # Mezcla las verduras hervidas para obtener la mezcla suave. (Mezcla las verduras con el agua hirviendo de ellos.)
- # Coloque la mezcla hortalizas en la olla, añadir la leche, aceite y cocidos Orzo, y añadir la sal en la olla finalmente.
- # Añadir el agua, pero no lo hacen mal. (Añadir unos 2+1/2 vaso de agua.)
- # Hervir que por una vez. Llenar la sopa en tazones, y servir caliente.

Nota: Si desea que la sopa se granulada; asado 1 cucharada de harina con el aceite, añadir los vegetales picados, y cocinar la sopa con el mismo método.