



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

---

## Sopa de Pastoral

Pastörel Çorba



3/4 vaso de dulce icker  
3/4 vaso de guisantes verdes  
200 gramos cubos de vacuno  
6 cucharadas de aceite vegetal  
1 cebolla pequeña  
1 pimiento verde largo, pequeño tamaño  
1 vaso de yogur  
1 huevo  
5 cucharadas de harina  
1 cucharada de sal  
1/2 cucharadita de pimienta negro  
7 vaso de agua  
5 tallos de perejil

# Ponga el aceite en una olla, a su vez el calor a mediano, cuando el petróleo obtener al rojo vivo un poco añadir la ternera cubos, cocinar hasta que da su salsa y empapa de nuevo.

# Añadir finamente rebanada de cebolla y pimiento en el vacuno cubos, sofría por un tiempo y, a continuación, añadir ickers hervida y guisantes, remover.

# Añadir 6 tazas de agua y hervir.

# Ponga 1 taza de yogur en un recipiente profundo, agregue 1 taza restante de agua, harina, sal y huevos, y bata bien la mezcla.

# Vierta esta mezcla en la sopa hirviendo lentamente por la sopa revolviendo constantemente durante la adición.

# Después de añadir todos los ingredientes de la sopa hierva durante 5 minutos más de revolviendo constantemente.

# Añadir el perejil finamente cortado en lonchas y negro pimienta en la sopa, después de extraerlo de la estufa. Servir bien caliente.

**Nota:** Si no puede encontrar fresco ickers, puede utilizar también ickers secos, pero en ese caso, debería hervir durante mucho tiempo.