



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

Sopa de aldea con albóndigas

Köfteli Köy Çorbası



1 vaso de tarhana
1 vaso de garbanzos
3 pimientos
4 cebollas verdes
1 tomate maduro
1/2 cucharadas de pasta de tomate
7 cucharadas de aceite de girasol
1+1/2 cucharadita de sal
2+1/2 vaso de agua
7 vaso de caldo

Albóndigas de:
7 oz terreno de carne de ternera, fatless
1/2 cebolla pequeña
1 rebanada de pan rancio
1/2 cucharadita de sal
1/2 cucharadita de pimienta negro

En primer lugar, el resto tarhana en 2 1 / 2 vaso de agua fría.

A continuación, preparar las albóndigas. Coloque la cebolla rallada en un bol profundo y añadir el rancio Brad rebanada en ella y mezclar, hasta que llegue a la consistencia de pasta.

Agregar carne molida, la sal y la pimienta en negro y amasar la mezcla durante unos 3-4 minutos. Pick piezas en el tamaño de nogal y rollo en forma de bolas.

Coloque el albóndigas floured en la bandeja y agitar la bandeja para cubrir las albóndigas con harina.

Ponga aceite de girasol en una olla, agregar el blanco finamente en rodajas lado de la cebolla verde. Después de sautéing por un tiempo, finamente añadir el pimentón en rodajas.

Cuando el color de los pimientos cambios un poco, agregar pasta de tomate, tomate rallado y verter el tarhana en la mezcla con el agua. Por último, añadir el caldo y la sal en ella.

Revuelva la sopa constantemente. Cuando la sopa comience a empezar caliente, agregue el garbanzo cocidos y finamente troceados partes verdes de la cebolla verde.

Cuando la sopa alcanza a la temperatura de ebullición, añadir el albóndigas en la sopa. Encienda el calor a la baja. Cocine durante aproximadamente 15-20 minutos, revolviendo de vez en cuando, sin romper las albóndigas.

Servir caliente.

Nota: finamente en rodajas 2 dientes de ajo se puede añadir en esta sopa también.