



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецепты

Зимний суп с нутом

Nohutlu Kış Çorbası



1 пучок шпината
2 не большие морковки
2 не большие картошки
1 стакан нута
5 ст.л. растит. масла
1,5 стакана йогурта
1 яйцо
2 ст.л. муки
1,5 стакана йогурта
4 стакана воды
4 стакана мясного бульона

- # Картошку и морковку почистить, порезать кубиками. Шпинат вместе с стеблями мелко порезать.
- # В кастрюлю налить масло, когда нагреется добавить морковь, Пассировать 5 минут, затем добавить картошку.
- # Когда картофель немного поджарится, добавить шпинат. Закрывать крышкой и готовить 10 минут.
- # Затем добавить мясной бульон, воду, сваренный нут и соль, дать закипеть.
- # Яйцо, йогурт, 0,5 ч.л. соли, муку и 1 стакан воды взбить до однородной массы венчиком.
- # Из кастрюли в йогуртовую массу добавить 1 половник горячего бульона, перемешать, и затем потихоньку вылить все в кастрюлю.
- # Пока будет закипать постоянно помешивать.
- # Затем огонь убавить и варить еще 5 минут, снять с огня.
- # Подавать горячим.

В суп также можно добавить по вкусу сельдерей или лук-порей.