



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütavazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

ETLİ BUĞDAY ÇORBASI



300 gr parça et
1 su bardağı nohut
1 su bardağı aşurelik buğday
1 adet kuru soğan
1 çorba kaşığı tereyağı
1 çay kaşığı karabiber
2 çay bardağı tuz
7 su bardağı et suyu
Şerbet için:
1 adet yumurta
1 adet limon

- # Et, nohut ve buğday ayrı ayrı haşlanır. Et ince ince didiklenir.
- # Soğan çok küçük kıyılır. Tencereye aktarılır, tereyağ eklenir. Orta ateşte tamamen yumuşayana kadar kavrulur.
- # Et, nohut ve buğday eklenir, bir kaç dakika çevrilir.
- # Sonra et suyu ve tuz katılır. Bir taşım kaynatılır.
- # Bu arada limon suyu ve yumurta iyice çırpılır.
- # Kaynamakta olan çorbadan bir kaç kaşık terbiyeye ilave edilir, ılıştırılır ve çorbaya eklenir.
- # Çorba karıştırarak bir taşım daha pişirilir.
- # Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Etlı Buğday Çorbası, Osmanlı mutfağına özgü bir lezzettir.