



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

 RMİK ÇORBASI



1 Su bardağı helvalık irmik
3 Adet orta boy domates
6  orba kaşığı sıvıyağ
8  u bardağı etsuyu
2 Tatlı kaşığı tuz
Terbiyesi   in;
Yarım su bardağı süt
1 Adet yumurta

- # Domatesler rendelenir, küçük bir tencereye konur, 1 tatlı kaşığı tuz eklenir, kısık ateşte rengi değişene kadar pişmeye bırakılır.
- # Başka bir tencereye sıvıyağ konur, orta ateşte ısınınca irmik katılır. İrmik in rengi beyaza dönene kadar sürekli karıştırılır.
- #  zerine pişen domates püresi ilave edilir, birkaç kez çevirdikten sonra etsuyu ilave edilir, kısık ateşte 10 dakika kadar pişirilir.
- # Bu arada süt ve yumurta iyice çırpılır, kaynayan çorbadan bir kepçe alarak ılıtılır, çorbaya ince akıtılarak eklenir.
- # Kalan 1 tatlı kaşığı tuz serpilir, terbiye dağılana kadar karıştırılır, 5 dakika daha kaynatılır ocaktan alınır.
- #  orba kaselere sıcak olarak konur, arzuya göre maydanoz, dereotu ile süslenir.

Not: Domates yerine domates salçası kullanılabilir. 1 Su bardağı suda, 1 çorba kaşığı salça eritilir, kısık ateşte pişirilir.