



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

MİSKET ÇORBASI



1 Bardak hařlanmıř nohut
200 gr. kıyma
2,5 çorba kaşığı ince bulgur
1,5 – 2 çorba kaşığı un
1 Adet kuru soęan
1  orba kaşığı salça
1  ay bardağı sıvı yağ
1 Yumurta
5 – 7 Dal maydanoz
1  ay kaşığı kimyon
1 Tatlı kaşığı tuz
Karabiber
7 – 8 Su bardağı sıcak su

- # Kıyma, bulgur, un, yumurta, maydanoz, kimyon, tuz, karabiber bir araya getirilerek bir köfte harcı elde edilir.
- # Misket büyüklüğünde köfteler yapılır.
- # Dięer taraftan soğanlar çok ince doğranır ve az yağda kavrulur, üzerine kaynamış su eklenir.
- # Köfteler bu soğanlı suya katılır, suyun yüzüne çıkana kadar pişirilir.
- #  zerine haşlanmış nohut ve en sonunda yağda kızdırılmış salça gezdirilip, maydanoz ile süslenir.

Not: Soęan kavrulmadan da köfte harcına eklenebilir, ancak kavrularak yapılması, çorbanın lezzetini arttırır.