



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

KAVURMA MERCİMEK ÇORBASI



- 1 Su bardağı kırmızı mercimek
- 1 Adet orta boy kuru soğan
- 1 Adet ir havuç
- 1 Adet orta boy kereviz
- 1 Adet orta boy patates
- Yarım adet limonun suyu
- 3 Diş sarımsak
- 1 Kahve fincanı pirinç
- 1 Tatlı kaşığı kimyon
- 1 Tatlı kaşığı karabiber
- 2 Tatlı kaşığı tuz
- 8 Su bardağı et suyu ya da su
- 1 Çay bardağı sıvıyağ

- # Öncelikle mercimek, 4 su bardağı suyla bulamaç haline gelene kadar haşlanır.
- # Tencereye sıvıyağ konur, kızca beşer dakika arayla ve sırasıyla, piyazlık doğranmış soğan, rendenin iri tarafıyla rendelenmiş havuç, kereviz ve patates eklenir, kavrulur.
- # Kavrulmuş sebzelerin üzerine, ince kıyılmış sarımsak ve yıkanmış suyu süzölmüş pirinç ilave edilir, birkaç kez çevrilir.
- # Üzerine önceden haşlanmış mercimek ve limon suyu katılır.
- # Bütün malzemeler, birbiri ile özleşince kimyon, karabiber, tuz atılır, 8 su bardağı et suyu eklenir.
- # Çorba kaynama seviyesine gelince, ocak kısık ateşe ayarlanır, 5 dakika daha pişirilir, ateşten alınır.
- # Sıcak olarak servis yapılır.

Not: Çorbanın renkli görünmesi isteniyorsa, sebzeleri kavurma sırasında, 1 çorba kaşığı biber salçası kullanılabilir.