PETITE GOURMETS

TÜRK

Mısır Çorbası

Kremalı Türk mısır çorbası tarifi. Taze veya donmuş mısır ile 30 dakikada hazırlanan sağlıklı ve lezzetli çorba. Pratik malzemelerle ev yapımı.

15 min	30 min	45 min	4	Medium
HAZIRLIK	PIŞIRME	TOPLAM	PORSIYON	ZORLUK

Malzemeler

- 2 bardak mısır
- 1 bardak barbunya
- 1 bardak yoğurt
- 6 bardak su
- 1 yemek kaşığı nane
- 1 çay kaşığı tuz

Yapılışı

1. **Prepare ingredients**
   Cook 2 cups dried kidney beans according to package directions until tender, then drain and set aside. If using fresh corn, cut kernels from the cobs to make 1 cup.
2. **Start the soup base**
   Bring 6 cups water to a boil in a large pot over high heat. Add 1 cup corn kernels and reduce heat to medium.
3. Cook the corn for 10 minutes, stirring occasionally, until kernels are tender and starting to break down slightly.
4. Add the cooked kidney beans to the pot and simmer for 5 minutes to heat through and blend flavors.
5. **Prepare yogurt mixture**
   Whisk together 1 cup plain yogurt and 1 teaspoon salt in a small bowl until completely smooth. This stabilizes the yogurt to prevent curdling.
6. **Add yogurt to soup**
   Reduce heat to low and slowly pour the yogurt mixture into the simmering soup while stirring constantly in one direction to prevent the yogurt from separating.
7. Continue cooking on low heat for 10 minutes, stirring frequently, until the soup is creamy and well combined. Do not let it boil or the yogurt will curdle.
8. Taste and adjust seasoning with additional salt if needed. Remove from heat and serve immediately while hot, garnished with fresh mint if desired.

Besin Değerleri

212	13.1g	28g	1.7g	4g	8g	522mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LIF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Taze, donmuş veya konserve mısır kullanabilirsiniz. Taze hasat edilmiş mısır en tatlı olanıdır ve çorbaya en iyi lezzeti verir.

Yoğurdu eklerken kesilmemesi için önce tuz ile iyice karıştırın ve çorbayı hafif ateşte tutarak yavaş yavaş ilave edin.

Barbunya yerine nohut, fasulye veya mercimek de kullanabilirsiniz. Bu alternatifler çorbaya farklı protein kaynakları sağlar.

Çorbayı daha kremsi yapmak için bir miktar tereyağı ekleyebilirsiniz. Bu, hem lezzeti artırır hem de kıvamı iyileştirir.

Su yerine sebze suyu veya tavuk suyu kullanmak çorbanın lezzetini derinleştirir ve daha besleyici hale getirir.

Çorbayı servis ederken üzerine taze nane, dereotu veya maydanoz eklemek hem görsel hem de lezzet açısından fark yaratır.

Konserve mısır kullanıyorsanız, kullanmadan önce iyice süzün ve durulayın. Bu, çorbadaki fazla tuzu önler.

Çorbayı blenderdan geçirerek daha pürüzsüz bir kıvam elde edebilirsiniz, ancak bu geleneksel dokuyu değiştirir.