PETITE GOURMETS

TÜRK

Şiveydiz Çorbası

Gaziantep'ten geleneksel Türk Şiveydiz Çorbası - kuzu eti, taze yeşil sarımsaklı ve yoğurtlu. Soğuk havalar için mükemmel, protein açısından zengin bir rahatlık yemeği.

15 min	25 min	40 min	4	Medium
HAZIRLIK	PIŞIRME	TOPLAM	PORSIYON	ZORLUK

Malzemeler

- 500 g yeşil sarımsak
- 500 g taze soğan
- 500 g kuşbaşı et
- 2.2 libre süzme yoğurt
- 1 bardak nohut
- 4 yemek kaşığı tereyağ
- 2 yemek kaşığı kuru nane
- 0 tutam tuz
- 0 tutam karabiber
- 0 tutam pul biber

Yapılışı

1. **Prepare chickpeas**

   500g nohutı büyük bir kaseye koyun ve 7-8 cm soğuk suyla kaplayın. Yumuşayıp iki katına çıkana kadar bir gece veya en az 8 saat bekletin.

2. **Et ve nohutları pişirin**

   Bekletilen nohutları süzün ve 1kg kuzu eti veya sığır eti ile büyük bir tencereye yerleştirin. 5 cm soğuk suyla kaplayın ve yüksek ateşte kaynatın. Ateşi orta-kısığa alın ve hem et hem nohut çatalla delindiğinde yumuşak olana kadar 45-60 dakika kaynatın.

3. **Prepare vegetables**

   Et pişerken 500g yeşil soğanı temizleyin ve solmuş kısımları çıkarın. Beyaz ve açık yeşil kısımları 1cm parçalar halinde kesin ve koyu yeşil üstlerini ayrı ayrı ince doğrayın.

4. **Temper yogurt**

   Orta büyüklükte bir kasede 1 su bardağı sade yoğurdu pürüzsüz olana kadar çırpın. Yoğurdu yavaş yavaş ısıtmak ve kesilmesini önlemek için sürekli çırparken et tenceresinden 1/2 su bardağı sıcak et suyunu yavaşça ekleyin.

5. **Add yogurt to soup**

   Et tenceresini ateşten alın ve sürekli karıştırırken temperlenmiş yoğurt karışımını tencereye yavaşça dökün. Kısık ateşe geri dönün ve 2-3 dakika nazikçe karıştırın.

6 **Sebzeleri ve baharatları ekleyin**

Doğranmış yeşil soğanın beyazlarını tencereye ekleyin ve yumuşayıncaya kadar 5 dakika kaynatın. Birer tutam tuz, karabiber ve pul biberle tatlandırın, tada göre ayarlayın.

7 **Prepare mint oil**

Küçük bir tavada 4 yemek kaşığı tereyağını orta ateşte erimiş ve kokulu olana kadar, yaklaşık 1-2 dakika ısıtın. 2 yemek kaşığı kuru nane ekleyin ve aromatik olana kadar 30 saniye pişirin.

8 Çorbayı servis kaselerine dağıtın ve her porsiyonun üzerine naneli tereyağından gezdirin. Ayırdığınız yeşil soğan üstleriyle süsleyin ve sıcakken hemen servis yapın.

Besin Değerleri

707	50g	35g	26g	8g	12g	287mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LIF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Nohutları daha hızlı pişirme ve daha iyi doku için bir gece suda bekletin. Bekletmeyi unuttuysanız, 2 dakika kaynatıp 1 saat bekletme hızlı bekletme yöntemini kullanın.

Yoğurdun kesilmesini önlemek için sıcak et suyunu yavaş yavaş çırparak temperlemeyi her zaman yapın. Bu teknik, bu çorbayı özel kılan pürüzsüz, kremsi dokuyu elde etmek için çok önemlidir.

Yeşil soğan ve soğanları eşit pişirme için tek tip parçalara kesin. Beyaz kısımlar yeşil kısımlardan daha hızlı pişer, bu yüzden onları doğru zamanda ekleyin.

Daha derin lezzet için kuzu etini su eklemeden önce hafifçe kavurun. Bu ekstra adım son et suyuna zenginlik katar.

Kıvamı soğuk sıvı değil, ılık su veya et suyu ile ayarlayın, çorbanın sıcaklığını korumak ve yoğurdu şok etmemek için.

Naneli tereyağı süsü çok önemlidir—atlamayın. Maksimum lezzet etkisi için kuru nane eklemeden önce tereyağını kokulu olana kadar ısıtın.

Pişirmenin sonunda tadını kontrol edin ve baharatını ayarlayın, çünkü tuzluluk pişirme sürecinde yoğunlaşabilir.

En iyi doku ve sıcaklık için hazırlandıktan hemen sonra servis yapın. Bu çorba sıcak ve taze olarak tüketildiğinde en lezzetlidir.