

Sütlü Karnabahar Çorbası

Sütlü karnabahar çorbası - kavrulmuş karnabahar, soğan ve aromatik otlarla yapılan rahatlatıcı Türk tarifi. Kolay yapım ve mükemmel pürüzsüzlük.

15 min

HAZIRLIK

30 min

PIŞIRME

45 min

TOPLAM

4

PORSİYON

Medium

ZORLUK



Malzemeler

- 1 karnabahar
- 2 bardak süt
- 1 soğan
- 1 yemek kaşığı un
- 1 yemek kaşığı biber salçası
- 1 yemek kaşığı tereyağ
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 yemek kaşığı tuz
- 1 yemek kaşığı kuru nane

Yapılışı

1

Karnabaharı hazırlayın

1 başını orta boy çiçeklerine ayırın. Büyük bir tencereye hafifçe tuzlanmış su kaynatın ve karnabahar çiçeklerini çatalla delindiğinde yumuşak olana kadar, yaklaşık 8-10 dakika pişirin.

- 2 Karnabaharı süzün ve tencereye geri koyun. 2 su bardağı süt ekleyin ve orta-düşük ateşte hafif kaynamaya getirin. Lezzetlerin kaynaşması için ara ara karıştırarak 10 dakika pişirin.
- 3 **Aromatik tabanı hazırlayın**
Büyük bir tavada orta ateşte 1 yemek kaşığı zeytinyağı ve 1 yemek kaşığı tereyağını ısıtın. 1 adet doğranmış soğan ekleyin ve altın sarısı ve karamelleşene kadar, yaklaşık 8-10 dakika sık sık karıştırarak pişirin.
- 4 Karamelize soğanlara 1 yemek kaşığı un ve 2 yemek kaşığı salça ekleyin. Un pişene ve karışım kokulu olana kadar 2 dakika sürekli karıştırın.
- 5 Soğan karışımını 1 yemek kaşığı kuru nane, tuz ve karabiberle baharatlayın. Baharatları açmak için 30 saniye daha pişirin.
- 6 **Birleştirin ve karıştırın**
Sıcak soğan karışımını karnabahar ve sütün bulunduğu tencereye dökün. Tüm malzemeleri eşit şekilde birleştirmek için iyice karıştırın.
- 7 Daldırma blender kullanarak çorbayı doğrudan tencerede tamamen pürüzsüz ve kremsi olana kadar, yaklaşık 2-3 dakika karıştırın. Alternatif olarak, normal blenderda parçalar halinde aktarın ve pürüzsüz olana kadar karıştırın.
- 8 Tadına bakın ve gerektiğinde ek tuz, karabiber veya nane ile baharatı ayarlayın. Çorba çok koyuysa istenen kıvama ulaşmak için biraz daha süt ekleyin.
- 9 Sıcak çorbayı kaselere dağıtın ve çıtır ekmek veya ev yapımı krutonlarla hemen servis edin.

Besin Değerleri

182	6g	12g	13g	3g	8g	983mg
KALORI	PROTEİN	KARBONHİDRAT	YAĞ	LİF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

En iyi lezzet için karnabaharı 200°C'de kenarları altın kahverengi olana kadar kavurun - bu acılığı önler ve doğal tatlılık katar.

Soğan pişirme sürecini acele ettirmeyin. Düzgün karamelize edilmiş soğanlar çorbanın lezzet profiline kritik derinlik katar.

En pürüzsüz doku için daldırma blender kullanın, küçük daireler halinde karıştırarak ve eşit tutarlılık sağlamak için tencere boyunca hareket ettirin.

Çorba çok koyulaşırsa, sıcaklığı ve dokuyu korumak için soğuk sıvı yerine ılık süt veya et suyuyla yavaş yavaş inceltir.

Çorbayı pişirmenin sonunda baharatlayın - karnabahar tuz ve otlarla düzgün baharatlanana kadar tatsız olabilir.

Ekstra zenginlik için sütün yarısını ağır krema ile değiştirin veya karıştırırken bir yemek kaşığı krema peyniri ekleyin.

Daha koyu kıvam istiyorsanız önce tereyağı ve unla roux yapın - bu topakları önler ve daha ipeksi bir taban oluşturur.

Taze hindistan cevizi karnabaharla güzel uyum sağlar - aromatik bir bitiş için sadece bir tutam ekleyin.