

Freekeh Herb Soup

Toplam 38 dk

Hazırlama 10 dk · Pişirme 28 dk

4 kişilik

Kolay

~182 kcal

Açılış 5/10

Freekeh herb soup, ıslı freekeh ve taze otları kaynatarak Orta Doğu usulü doyurucu bir çorba yapar.

Malzemeler

- 1 su bardağı Freekeh
- 1 adet Soğan
- 0.5 demet Maydanoz
- 0.3 demet Nane
- 5 su bardağı Su

Yapılı

- 1 su bardağı freekehı yıkayın, soğanı ince doğrayın.
- Soğanı tırta ateşte 4 dakika pişirin.
- Freekeh ve 5 su bardağı suyu ekleyip 25 dakika kaynatın.
- Maydanoz ve naneyi ince kıyıp 2 dakikada ekleyin.
- Otları kararmasını önlemek için limonu ocak kapalıyken sıcak servis edin.

PÜF NOKTASI

Otları tırta sonda eklemek rengini ve kokusunu daha iyi korur.

SERVIS ÖNERİSİ

Küçük bir kase yoğurt, yanından maydanoz yaprakları ve bir limon dilimiyle sunun.

Alerjenler

Gluten