

Havuçlu mercimek çorbası

toplam süre **35 dak.** 10 dak. hazırlık süresi 25 dak. pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
2.676 kJ / 640 kcal

Yağ: **27 gr** Protein: **21 gr**
Karbonhidrat: **79 gr**

MALZEMELER

2 porsiyon

Çorba için:

80 gr soğan
100 gr patates
80 gr havuç
2 diş sarımsak
4 yemek kaşığı zeytinyağı
10 gr tereyağı
0,5 tatlı kaşığı kimyon
0,5 tatlı kaşığı kişniş
0,5 tatlı kaşığı tatlı toz biber
0,25 tatlı kaşığı acı toz biber
2 tatlı kaşığı domates püresi
100 gr kırmızı mercimek
700 ml sebze suyu
2 yemek kaşığı Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
0,5 tatlı kaşığı kuru nane

Servis için:

0,5 tatlı kaşığı pul biber
2 yemek kaşığı doğranmış maydanoz
2 pita ekmeği
2 limon dilimi

HAZIRLANIŞ

Adım 1

80 gr soğan - **100** patates - **80 gr** havuç - **2** diş sarımsak
Soğan, patates ve havucu soyup küp küp doğrayın. Sarımsağı ince doğrayın.

Adım 2

2 yemek kaşığı zeytinyağı - **10 gr** tereyağı - **0,5 tatlı kaşığı** kimyon - **0,5 tatlı kaşığı** kişniş - **0,5 tatlı kaşığı** tatlı toz biber - **0,25 tatlı kaşığı** acı toz biber - **2 tatlı kaşığı** domates püresi - **100 gr** kırmızı mercimek - **700 ml** sebze suyu - **2 yemek kaşığı** Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu - **0,5 tatlı kaşığı** kuru nane
Zeytinyağı ve tereyağını tencerede ısıtın. Soğanı ekleyip kavurun, ardından patates ve havuçları ilave edin. Birkaç dakika pişirin. Sarımsak, kimyon, kişniş, tatlı biber, acı biber ve domates püresini ekleyip kısa süre kavurun. Mercimekleri soğuk suda yıkayın ve tencereye alın. Sebze suyunu ve Kikkoman Soy Sauce'u ekleyin. Sebzeler yumuşayana kadar pişirin. Pişmeye yakın naneyi ilave edin, ardından çorbayı blender'dan geçirip pürüzsüz hale getirin.

Adım 3

2 yemek kaşığı zeytinyağı - **0,5 tatlı kaşığı** pul biber - **2 yemek kaşığı** doğranmış maydanoz - **2** pita ekmeği - **2** limon dilimi
Çorbayı kâselere paylaşın. Küçük bir tavada zeytinyağını ısıtın, pul biberi ekleyip kısa süre kavurun. Bu yağı çorbaların üzerinde gezdirin, maydanoz serpin. Pita ekmeği ve limon dilimleriyle servis edin.