



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

BALKABAK ÇORBASI

1 kg. balkabađı
2 adet havuç
2 adet kırmızı dolmalık biber
1 adet sođan
6 su bardađı et suyu
1 ay kaşığı toz zencefil
1 kutu krema
Pul biber

Doğranmış kabak, havuç, biber ve soğanı et suyuyla birlikte sebzeler yumuşayana kadar kısık ateşte pişirin. Hepsini robottan geçirip püre haline getirin. Zencefil, krema ve kırmızı pul biberi ilave edin. Kaynadıktan iki dakika sonra ateşi kapatın. Küp kesip tereyağında kızartmış olduğunuz ekmeklerle birlikte servis yapın.