



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

## BUĞDAY ÇORBASI

### Malzeme:

1 su bardağı aşurelik buğday  
3 çorba kaşığı tereyağı veya margarin  
3 su bardağı yoğurt  
7 su bardağı et suyu  
1 tatlı kaşığı kuru nane  
2 adet soğan  
2 çorba kaşığı sıvı yağ  
Tuz  
Kırmızı pul biber

### Yapılışı:

Buğdayı ayıklayıp iyice yıkayın. Bir taşım kaynatıp suyunu süzün. Buğdayı tekrar sıcak suda beş dakika haşlayıp tencerede 4-5 saat bekletin. Buğdaya, et suyunu ve tuzunu katıp iyice pişirin. Sıvı yağ ve yoğurdu birbirine katıp karıştırın. Karışımı yavaş yavaş çorbaya ilâve edin. Soğanları incecik kıyıp tereyağında öldürün. Üzerine kırmızı pul biberi ve naneyi ekleyip bu karışımı da çorbaya ilâve edin. Tencereyi ocaktan alın. Afiyet olsun.