



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BUĞDAYLI YEŞİL ÇORBA

- 1 su bardağ yarma buğday
- 1 ufak demet ıspanak
- 1 adet kuru soğan
- 1 çay bardağı sıvıyağ
- 1 adet yumurta
- 2 çorba kaşığı un
- 1 adet limon
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 8 su bardağı su ya da et suyu

Buğday akşamdan ıslatılır, yumuşayana kadar haşlanır. İnce kıyılmış soğan yağda pembeleştirilir. Üzerine ince doğranmış ıspanak atılır, 5-10 dakika kavrulduktan sonra robottan geçirerek püre yapılır. Üzerine su eklenir, kaynayınca buğday katılır. Diğer yanda yumurta, limon, tuz ve un iyice çırpılır ve çorbaya eklenir bir taşım daha pişince servis yapılır.