



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DİYET ÇORBA

- 1 tatlı kaşığı zeytinyağı
- 1 adet soğan
- 1 diş sarımsak
- 1 kutu domates püresi
- 1 çay kaşığı kekik
- 1 su bardağı etsuyu
- 1 adet kabak
- 1 çorba kaşığı rendelenmiş kaşar peyniri

Zeytinyağını tencerede kızdırın. Soğanı yemeklik doğrayıp, kavurun. Sarımsak, domates püresi, kekik ve karabiberi serpin. 10 dakika hafif ateşte pişirin. Kabağı ince şeritler halinde doğrayıp, çorbaya ilave edin. 5 dakika daha kaynatıp, ocaktan alın. Servis yaparken üzerini 1 çorba kaşığı kaşar peyniri ile süsleyin.
