



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FİRİKLİ VE NOHUTLU SOĞUK ÇORBA

- 1 Çay Bardağı firik (yeşilken koparılıp kurutulmuş buğday)
- 1 Çay Bardağı Bulgur
- 1 Çay Bardağı Nohut
- 4 Şu Bardağı Yoğurt
- 1/2 Demet Dereotu
- 4 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
- 2 Çay Kaşığı Tuz
- 2 Çay Kaşığı Kırmızı Pulbiber

Nohutu akşamdan ıslatıp ertesi gün düdüklü tencerede haşlayalım. Firik ve bulguru da ayrı bir kapta haşlayalım ve hepsinin suyunu süzdürelim. Dereotunu ince kıyalım. Tüm malzemeyi çırpılmış yoğurtla karıştıralım; kıvamına göre biraz su ilave edebiliriz. Tuzu ekleyip kaselere paylaşalım. Üzerlerine kırmızı pulbiber serpip zeytinyağı gezdirelim.

