



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARALAHANA ÇORBASI

Yarım kg. karalahana
1 adet kuru soğan
1 su bardağı barbunya
1 adet domates
1 su bardağı mısır
5 orba kaşığı sıvıyağ
pulbiber
tuz

Barbunya akşamdan ıslatılır, ertesı günü haşlanır, karalahana şeritler halinde doğranır, barbunyaya eklenir. Soğan sıvıyağda pembeleştirilir, rende domates tuz ve pulbiber eklenir, çorbaya katılır, en son konserve mısır eklenir, 1-2 taşım kaynatılır, servise sunulur.