



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTAR ÇORBASI

18-20 adet mantar
2 orba kaşığı un
4 orba kaşığı sıvı yağ
Yarım limon suyu
Tuz
6 su bardaęı et suyu

Mantar silinir birkaç parçaya kesilir, limonlu suya kararmaması için atılır. Tencereye un ve yağ konur, pembeleşene kadar kavrulur. Üzerine sıcak et suyu eklenir. Orta ateşte kaynama noktasına gelince limonlu sudan süzerek mantarlar alınır, kaynayan karışımaya atılır. 15-20 dakika sonra ateşten alınır.