



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAMURLU TAVUK ÇORBASI

1 adet tavuk gs
1 adet kuru sođan
4 orba kaşığı sıvıyağ
1 orba kaşığı salça
1 tatlı kaşığı tuz
6 su bardađı su
Hamur için:
1 su bardađı su
1 orba kaşığı un
1 ay kaşığı tuz

Sođan ince doğranır, sıvıyağda çevrilir. Salça ve ince doğranmış tavuk gs eklenir. 15 dakika pişirilir. Su ve tuz eklenir. Bu arada un, su, tuz karıştırılarak cıvık bir hamur yapılır. Kaynamakta olan çorbaya çay kaşığıyla hamurlar atılır. Karıştırmadan 15 dakika daha pişirilir.