



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK EZMESİ ÇORBASI (DİYET)

10 gram kabak
2 çorba kaşığı un
1 baş soğan
4 su bardağı su
2 çorba kaşığı tereyağ
Yeteri kadar tuz,

Bir kap içinde yağ, un, ince kesilmiş, yıkanmış sebzeler öldürülür. Dört bardak su ile pişirilip ezilir ve süzğüden geçirilerek böylece hazırlanmış olur.