



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZE ÇORBASI

2 adet soğan
1 baş sarımsak
3 adet iri patates
3 büyük kabak
1 su bardağı yoğurt
2 çorba kaşığı un
1 tatlı kaşığı kekik,
1 çay kaşığı karabiber
1 adet limon
1 fincan sıvıyağ
Tuz

Soğan ve sarımsakların kabukları soyulup ince olarak doğranır tencereye konur

Tencereye patates ve kabak ilave edilip, pişmeye bırakılır.

Bir kâsede yoğurtla un iyice çırpılır. Patatesler yumuşayınca yoğurtla un katılıp, hızlıca karıştırılarak pişirilir. Unun kokusu gidinceye kadar pişirilip, ateşten alınır.

Baharatları ilave edilip, sıcak olarak servis yapılır.
