



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ANAKIZ ÇORBASI (KASTAMONU)

Soğan 1 orta boy
Sıvı Yağ 1/4 su bardağı
Salça 1 yemek kaşığı
Su 12 su bardağı
Duru Yeşil Mercimek 1 su bardağı
Duru Pilavlık Bulgur 1 su bardağı
Yoğurt 1/2 su bardağı
Nane 1 yemek kaşığı
Tuz 2 tatlı kaşığı

Soğan soyulur, yıkanır, ince ince doğranarak yağda kavrulur. Salça ilave edilip karıştırılır ve su dökülerek kaynatılır. Ayıklanmış ve yıkanmış mercimekler atılıp biraz pişirilir. Bulgur ilave edilerek mercimek ve bulgur yumuşayınca kadar kaynatılır. İnmesnne yakın yoğurt ve nane ilave edilir birkaç taşım kaynadıktan sonra tuz atılır ve ocaktan alınır. (K.K. Kabaoğlu)

NOT: Kastamonu yöresinde sıklıkla tüketilen çorbadır. Yoğurt çorba piştikten sonrada ilave edilebilir.

