



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

AYRAN AŞI

Yarım su bardağı Aşurelik Buğday
200 g Konserve Nohut
15 çorba kaşığı Yoğurt
4 dal Nane
Tuz
1 adet Arnavut Biberi (Kuru)
Zeytinyağı
8 adet Buz
Tuz
Karabiber

Düdüklü tencereye yarım bardak buğday ve tencerenin çeyreği kadar su ekleyip, yaklaşık 10 dakika pişirin. Pişen buğdayları süzün. Çıkan suyu dökmemenizi öneririz. Bu güzel helmeli su ile başka çorbalar da yapabilirsiniz.

Çorbanın ayrıntı için Arçelik blendera 15 çorba kaşığı yoğurt, 1,5 su bardağı su, 4 dal nane ve damak tadınıza göre tuz ekleyin ve çalıştırın. Ayrarı, suyunu süzdüğünüz buğday ve 200 g konserve nohutla iyice karıştırın. Buzdolabında güzelce soğuttuktan sonra çorbanız içmeye hazır olacak. Hemen servis etmek isterseniz içine 8 tane buz atıp, soğutma sürecini hızlandırabilirsiniz.

Servis için kaselere aldıktan son dokunuş olarak üzerine incecik doğradığınız taze kırmızı biber, biraz karabiber ve sızma zeytinyağı gezdirdin.

