



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

AYRAN AŞI (ARDAHAN)

Serhat Kalkınma Ajansı

1 su bardağı buğday(yarma)
1 su bardağı nohut
4 su bardağı süzme yoğurt
Tuz
Su
Nane yaprakları

Çorba için gerekli olan Buğday ve nohudu ayrı ayrı bir gün önceden ıslatıyoruz. Yapacağınız günün akşamından yapabilirsiniz bu işlemi. Sularını süzerek, ayrı tencerele alalım, üstlerini geçecek kadar su ile haşlayalım. Haşlanmış bakliyatları tencereye alarak, üzerlerini kapatacak kadar kaynar su ekleyip bir taşım kaynatıyoruz. Yoğurda tuz ilave edip, tencerede kaynamakta olan bakliyatın suyundan kepçe ile alıp ısıtın. İliştirdiğimiz yoğurdu kesilmemesi için yavaşça tencereye ekleyin, bir yandan hızlıca karıştırın. Kaynamaya işlemi başlayınca altını kapatıp soğutmaya bırakın. Tam soğuk olmasını istiyorsanız oda sıcaklığına gelince buzdolabına koyup soğutabilirsiniz. Arzu ederseniz Nane yapraklarını kullanarak süslemeye yapabilirsiniz.

