



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BAHAR ÇORBASI

12 bardak et suyu
300 gram pirinç
1 demet kuzu ispanađı
100 gr. kařar peyniri (rendelenmiř)
400 gr. bezelye içi (taze)
1 avuç maydanoz yaprađı
20 gr. sadeyağ (küçük yemek kaşığı)
2 kaşık zeytinyağı
tuz - karabiber

12 bardak et suyu bir tencerede içine tuz ve karabiber konarak kaynatılır. Temizlenmiř pirinç ve bezelyeler de içine atılır. Tekrar 15 dakika kadar karıştırılarak kaynatılır. Bol suyun içinde iyice yıkanıp temizlenmiş ispanak kıyılır gibi ince ince doğranarak bu karışıma ilve edilir .Maydanoz, sade yağ ve zeytinyağı da katılır. Yine zaman zaman karıştırılarak on dakika daha kaynatılır. Servis yapılırken yanında rendelenmiş kaşar peyniri bulundurulur. Bu miktarlar kişi adedine göre azaltılıp çoğaltılır.