



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BALKABAĞI ÇORBASI

<https://www.aksam.com.tr>

2 su bardağı bal kabağı
2 adet küçük kuru soğan
2 çorba kaşığı zeytinyağı
2 diş sarımsak
1 çay kaşığından az tuz
Karabiber
Et veya tavuk suyu

Küp küp doğranmış soğanları zeytinyağı ile soteleyin. Kıvam alması ve daha sağlıklı olması için tercihen nohut ununu ve 2 diş sarımsağı ekleyin. Haşlayıp püre haline getirdiğiniz balkabaklarını ekleyin, tavuk suyu veya et suyu ekleyerek lezzetlendirin. 1 çay kaşığından az tuz ve karabiberi ilave edin. Kısık ateşte kaynayana kadar pişirin. Kaynadıktan 5-10 dakika sonra servise hazır olacaktır. Taze kişniş ile servis edebilirsiniz.

