



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BROKOLİLİ SEBZE ÇORBASI

1 bař brokoli
1 havuç
1 kabak
4-5 adet mantar
2 kařık un
3 su bardađı süt
1 adet et bulyon
Tuz
Karabiber
1 tatlı kaşığı Őeker

Tüm sebzeler minik doğranır tencereye alınır ve yarıdan biraz fazla su konur ve 15- 20 dakika haşlanır. Sebzeler yumuşadıktan sonra blendırdan geçirilir.
Ayrı bir yerde un azıcık kavrulur süt eklenir ve kaynadıktan sonra sebze karşımına eklenir.
Tuz ve Őeker eklenir 1-2 taşım kaynatılır.