



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BUĞDAY ÇORBASI

1 kase aşurelik buğday  
1 su bardağı nohut  
1 kase yoğurt  
1 tatlı kaşığı nane  
Tuz

Buğdayı bir gece öncesinden üzerini dört parmak geçecek kadar suyla haşlayın. Nohutları da akşamdan suya koyun. Sabah yumuşayana kadar haşlayın. Nohutların suyunu süzüp buğdaya ekleyin. Yeteri kadar su ilave ederek bir taşım kaynatın. Yoğurdu çorbanın suyuyla ılıklaştırın ve sürekli karıştırarak çorbaya katın. Bir taşım daha kaynatıp ocaktan alın.

---