



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BUĞDAY ÇORBASI

1 su bardağı buğday  
1 su bardağı nohut  
Yarım su bardağı kuru fasulye  
Yarım su bardağı dondurulmuş mısır  
1 su bardağı yoğurt  
1 soğan  
2 çorba kaşığı tereyağı  
1'er çay kaşığı kırmızı pul biber ve nane  
6 su bardağı su ya da et suyu

Akşamdan ayrı ayrı kaplarda ıslatmaya bıraktığınız, buğday, nohut ve kurufasulyeyi süzün, üzerine su ekleyip 30 dakika kadar pişmeye bırakın. Buğdaylar pişince çorbanın içinemisirları ilave edip 10 dakika kaynatın. Çırpılmış yoğurdu da çorbanın suyundan ekleyerek ılıştırın ve tencereye dökün. Buarada ayrı bir yerde çok ince kıyılmış soğanı tereyağında 5 dakika kavurun. Servis yapmadan önce çorbanın üzerine dökün. Sonrasında kırmızı pul biber ve naneyi gezdirin. Sıcak sıcak sofraya getirin.