



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BUĞDAYLI MERCİMEK ÇORBASI

1 su bardağı kırmızı mercimek
Yarım su bardağı aşurelik buğday
6 bardak et suyu
1 tutam safran
2 çorba kaşığı soya yağı
1 çay kaşığı tuz

Buğdayı akşamdan ıslatın. Ertesi gün suyunu değiştirmeden yumuşayınca kadar haşlayıp süzün. Et suyunu tencerede kaynatıp safranı ilave edin. Mercimeęi yıkayıp süzün. Buğday ve mercimeği tencereye ekleyip kapağını kapatın ve kısık ateşte koyulaşınca kadar pişirin. Yağı ekleyip karıştırın. Tuz serpip ateşten alın ve sıcak olarak servis yapın.