



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BUĞDAYLI SOĞUK ÇORBA

- 5 Gr Sana Klasik
- 1 Su Bardağı haşlanmış buğday
- 1 Çay Bardağı haşlanmış nohut
- 3 Şu Bardağı yoğurt
- 1 Tatlı Kaşığı nane
- 1 Çay Kaşığı tuz

Nohutu ve buğdayı bir gece önceden ayrı kaplarda ıslatıp haşlıyoruz. Derin bir kaba aldığımız yoğurdu pütürüklü olmayacak şekilde çırpıyoruz. Kıvamını yumuşatmak için 1-2 su bardağı su ilave ediyoruz.İçine haşlanmış buğdayı ve nohutu katıyoruz. Tavadan margarini eritiyoruz. İçine naneyi atıp 1 dakika kavuruyoruz. Servis tabağına aldığımız soğuk çorbanın üzerine döküyoruz.