



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## DEREOTLU UN ÇORBASI

3 orba kaşığı un  
1 orba kaşığı tereyağı  
3 orba kaşığı yoğurt  
5 su bardaęı su  
Yarım demet dereotu  
1 ay kaşığı tuz

Derin bir kabin içinde unu, yoğurdu ve suyu iyice çırpın. Bu karışımı tencereye aktarın ve ocak üzerinde karıştırarak koyulaşıncaya kadar pişirin. Kaynamaya başlayınca içine tereyağını atıp pişirmeye devam edin. Çorbayı ocaktan alıp içine kıyılmış dereotunu ve tuz koyup sıcak olarak servis yapın. Çorbanın tuzunu önceden koymayın. Çünkü yoğurt olduğu için kesilme yapar. Besin değerini ve lezzetini artırmak için 1 yumurta sarısı da konulabilir.