



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DUL AVRAT ÇORBASI (ADANA)

Prof. Dr. Erman Artun

1/2 kg. un
1 bardak hařlanmıř yeřil mercimek
2 litre et suyu
1/2 paket yađ
1 kaşık domates salçası
Pul biber
Tuz

Un, bir tatlı kaşığı tuz ve su yoğrularak kulak memesi kıvamına getirilir. Bu hamur açılarak küçük kareler halinde kesilir. Et suyuyla kaynatılan mercimeğe ilave edilir. 10 dakika kaynadıktan sonra üzerine salça ile yağ dökülür. Arzu edilirse limon sıkılarak veya pul biber serpilerek servis yapılır.