



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ENGİNAR ÇORBASI

3 adet enginar
100 gram taze fasulye
1 adet soğan
3 orba kaşığı un
1 orba kaşığı tereyağı
Yarım demet dereotu
1 su bardaęı yoęurt
5 su bardaęı su

Öncelikle fasulyeleri ince vevv doğrayın. Temizlenmiş enginarları da küp şeklinde doğrayın. Soğanı kıyıp yağda kavurun, üzerine enginarları, fasulyeleri ekleyin ve un serpin. Suyunu verip kaynatın, son dakikada yoğurt ve dereotunu ilave edip sıcak olarak ikram edin.