



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ENGİNAR ÇORBASI (+6 AY)

<https://evolvia.com.tr>

- 1 adet ayıklanmış enginar
- 1 adet kabak
- 1 adet patates
- 1 yemek kaşığı tam buğday unu
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı

Enginar, kabak ve patatesleri doğrayın.

Bir tencerede zeytinyağında unu kavurun, tencereye doğradığınız sebzeleri ekleyin ve su koyup pişirin. Sebzeler piştikten sonra blenderdan geçirin.