



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ERİŐTELİ TAVUK ÇORBASI

2.5 litre sebzeli tavuk suyu
750 g piŐmiŐ tavuk eti
125 g ince kısa eriŐte
125 g taze ya da i bezelye
toz hintceviz

Çorbayı hazırlayın. DođranmıŐ tavuk etini çorbanın içine atın. EriŐteleri bol tuzlu suda haŐlayın. Taze bezelyeleri yıkayarak uçlarını koparın. Taze ya da i bezelyeyi ayrı bir kaptaki az tavuk suyunda 5 dakika piŐirin. EriŐtelerin suyunu dkn. EriŐteyi ve sebzeyi çorbanın içine koyun, toz hintceviz ile tadlandırın.

[ML® EriŐteli Ciđer orbası için tıklayın](#)
