



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETİMEKLİ KARNABAHAAR ÇORBASI

3 yemek kaşığı zeytinyağ
1 orta boy soğan, doğranmış
1 büyük havuç, doğranmış
1 orta boy kase haşlanmış karnabahar çiçekleri
4 su bardağı tavuk suyu
Blendir için:
¾ bardak light krema
1 su bardağı rendelenmiş parmesan peyniri
½ su bardağı sevdiğiniz rendelenmiş peynir
Tuz
Karabiber
Garnitür için:
Ktır ktır ekmek
Etimek

Orta boy bir tencerede, orta-yüksek ateşte zeytinyağını dökün. Soğan ve havucu ekleyin ve yumuşayınca kadar yaklaşık 5 dakika kadar pişirin. Daha sonra minik minik böldüğümüz karnabahar çiçeklerini ekleyip 3-4 dk. soteleyelim. Tavuk suyumuzu ekleyip çorbanın kaynamasını sağlayalım. Daha sonra ateşin altını kapatıp peynirlerimizi ve kremamızı ekleyip blendırdan geçirip prüzsüz bir kıvam elde edelim. Ktır ktır ekmekler (isteğe bağlı) ile süsleyip servis yapalım.

