



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## FISTIK BADEM ÇORBASI

- 1 ay bardağı antepfıstığı
- 1 ay bardađı badem
- 1 ay bardađı un
- 1 su bardađı süt
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 8 su bardađı et suyu

Fıstık ve bademler kaynar suda kısa süre tutarak ince kabukları çıkarılır. Daha sonra blenderde sütle birlikte Őeklini kaybedene kadar çekilir. Tencereye un, soğuk et suyu, tuz ve çekilmiş fıstık ve baden konur. nce soğuk olarak karıştırdıktan sonra ateŐe konur, 15-20 dakika orta ateŐte piŐirilir.