



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

GEL GİT YE ÇORBASI

1 su bardağı buğday (aşurelik)
1 su bardağı nohut
1 su bardağı tarhana
1 orba kaşığı domates salçası
Yarım orba kaşığı biber salçası
2 baş soğan
2 orba kaşığı tereyağı
1 adet tavuk suyu bulyon
12 su bardağı su
1 tatlı kaşığı tuz

Buğday ve nohut akşamdan birlikte ıslatılır. Ertesi gün su dökölür. Dödüklüye aktarılır. Üzerine 2 parmak geçecek kadar su konur. Pim çıktıktan sonra 20 dakika haşlanır. Büyük bir tencereye tereyağı ve incecik kıyılmış soğanlar atılır ve pembeleştirilir. Üzerine salçalar ve tarhana eklenir, bir kaç dakika kavrulur. Sıcak su, tavuk bulyon ve tuz katılır. Son olarak suyu ile birlikte nohut ve buğday aktarılır. Karıştırılarak bir taşım pişirilir. İlave su eklenebilir.