



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

HAL ÇORBASI

2 kařık yaę
2 iri soęan
1 iri pırasanın beyazı
2 orta boy patates
2,5 kilo et suyu
1 baę maydanoz
tuz

Soęan, pırasa ve patatesleri soyup, boylamasına dörde yarın, sonra enlemesine ince ince doğrayın.Süzdükten sonra bir tencerede kızdırdığınız yağa atıp 4-5 dakika kavurun, etsuyunu ve tuzunu koyup yarım saat kadar pişirin.