



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ISIRGAN ÇORBASI

250 gr ısırgan  
1 ay bardağı kırık pirinç  
1 fincan sıvıyağ  
2 sođan  
3 kařık un  
150 gr peynir

Ele bir naylon torba geçirilerek ısırganın yaprakları kopardır. Bol suda yıkanır.

Sođanlar soyulup doğranır. Tencereye, yağ, doğranmış soğan konup kavrulur. Un ilave edilip bir miktar daha kavrulur.

Isırganlar da ilave edilip hafif kavrulduktan sonra sıcak su ve tuz katılır. Pirinç ayıklanıp çorbaya katılır.

Piřince ateşten alınıp blenderle çırpılarak pürüzsüz hale getirilir. Tekrar ateşe konulup, rendelenmiş peynir ve tuz katılır. Kimyon ilave edilip ateşten alınır.

---