



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI TERE ÇORBASI

MALZEMESİ

6 su bardağı tavuk suyu
2 yemek kaşığı un
1 demet tere
1 su bardağı süt
1 ay kaşığı tozşeker
2 yemek kaşığı tereyağı
1 su bardağı hazır çiğ krema
1 ay kaşığı tuz

TARİF

Tereyi ayıklayın, yıkayıp süzün. Haşlamadan blenderda ekin. Tereyağında unu pembeleşene kadar kavurun. Süt ve tereyağı ekleyip, bir taşım kaynatın. Sonra süzüp tekrar ocağı koyun. Tavuk suyu, süt, krema ve şeker ilave edin. 15 dakika daha kaynatıp, servis yapın.

AFİYET OLSUN