



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK ÇORBASI

2 adet kabak
1 adet havuç
1 adet soğan
3 orba kaşığı sıvı yağ
4 orba kaşığı yoğurt
1 orba kaşığı un
4 dal dereotu
Tuz

Kıyılmış soğan, doğranmış havuç, kabak ve sıvı yağı tencereye alıp soteleyin. Tuzunu ayarlayın. Su ekleyip sebzeler yumuşayana dek pişirin. Ayrı bir yerde yoğurt ve unu iyice çırpın. İçine çorbanın suyundan birkaç kaşık ekleyin. Çorbayı ocaktan almaya yakın yoğurtlu karışımı ilave edin. Kıyılmış dereotu ekleyip karıştırın. Üzerine yağda yakılmış kırmızı biber gezdirin.