



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK ÇORBASI

1 kg kabak
1 su bardađı yođurt
3 orba kaşığı un
1 adet yumurta
2 - 3 diř sarımsak
birkaç dal taze nane

Hazırlanışı

Kabakları rendeleyin, tencerede kavur, kaynar su ekle, pişir. Yođurt, un, yumurta, sarımsak ve naneyi rondodan geçir. Kaynayan kabaklara karıştır bir iki taşım daha pişir.
