



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK ÇORBASI

2 Adet Kabak
1 Adet Pırasa
İsteğe Bağlı Zeytinyağı
1 Adet Tavuk Bulyon
İsteğe Bağlı Dereotu
İsteğe Bağlı Baharat
İsteğe Bağlı Dolmalık Fıstık

Pırasaları ince ince doğrayıp zeytinyağında pembeleşinceye kadar kavuralım. Küp küp kesilmiş kabakları ilave edip karışımı 1 dakika daha pişirelim. Üzerine su, tavuk bulyon, tuz ve karabiber ekleyip kabaklar yumuşayınca kadar pişirmeye devam edelim. Çorbayı blenderden geçirip içine dereotu ekleyelim. İsteğe bağlı olarak üzerine kavrulmuş dolmalık fıstık serpiştirerek servise hazır edelim.