



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAK ÇORBASI

2 adet kabak
3 orba kaşığı un
1 orba kaşığı margarin
Yarım ay bardağı sıvı yağ
2,5 su bardađı su
3 su bardađı süt
Dereotu
Pul biber

Kabaklar rendelenir, bir tencereye un, sıvı yağ alınır. Un sarı renk alana kadar kavrulur. Süt ve kabak suyu una eklenip karıştırılarak kaynatılır. Kaynarken un topaklanmamalıdır. Çorbanın kıvamı kolaylayınca dereotu veya maydanoz eklenip ocaktan alınır. Margarin bir tavada eritilir, pul biber eklenip kızdırılır. Kaselelere alınan çorbaların üzerlerine dökülerek servis edilir.