



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## KABAK VE KUMERA ÇORBASI (AVUSTRALYA)

<https://breville.com.au>

2 yemek kaşığı hafif zeytinyağı  
2 diş sarımsak, dövölmüş  
2 büyük pırasa, yıkanmış ve ince doğranmış  
1.5 kg kabak, kabuğu soyulmuş ve doğranmış  
750 g kumera, kabuğu soyulmuş ve doğranmış  
6 bardak tavuk suyu  
2 çay kaşığı öğütölmüş kimyon  
Tuz  
Karabiber  
1 bardak hafif ekři krema

Büyük bir tencerede yağı kızdırın, inceleşene ve pembeleşene kadar sarımsak ve pırasaları soteleyin.  
Kalan 4 malzemeyi de ekleyin, kaynatın, sonra altını kısarak orta ateşte pişmeye bırakın.  
Sebzeler yumuşayana kadar pişirin.  
Ateşten alın, hafif soğutun.  
Wizz Sticki tencerenin içine yerleştirin ve çorba pütörsüz olana kadar karıştırın.  
Kalan malzemelerle birleştirin. Servis yapın.