



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KAFKAS ÇORBASI

MALZEMELER:

100 gr. kırmızı mercimek
1/2 paket margarin
3 kařık un
1 adet havuç (Küçük küçük doğranmış)
1 adet kabak (Küçük küçük doğranmış)
2 adet sivribiber (Küçük küçük doğranmış)
2 adet domates (Küçük küçük doğranmış)
5 su bardağı su
Üzerini süslemek için;
biraz maydanoz veya dereotu Tuz, karabiber

HAZIRLANIőI:

ilk olarak mercimekler yıkanır. Orta boy bir tencereye 3 su bardağı ılık su konur. Mercimekler bu suda haşlanır. Piřmesine yakın içine küçük küçük doğranmış havuç, kabak, domates ve biberler ilave edilir. Malzemeler iyice yumuşayıncaya kadar bir süre daha pişirilir. Bu sırada başka bir tencerede yarım paket margarin eritilip, 3 çorba kaşığı un bu yağıda pembeleşinceye kadar kavrulur. Kavurduktan sonra pıhtılaşmaması için içersine yavaş yavaş 2 su bardağı su ilave edilir ve kaynamaya bırakılır. Daha sonra bu karışım diğeri tenceredeki malzemelere ilave edilir. Tuzu ve karabiberi atılır. Kaynayıncaya kadar karıştırarak pişirilir. Piřtikten sonra istenirse üzeri ince kıyılmış maydanoz veya dereotu serpilerek süslenir ve servis yapılır.