



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KALMUK ÇORBASI (KAFKAS)

Yarım su bardağı labada (efekek otu)

1 yemek kaşığı tereyağı

4 su bardağı su

4 su bardağı süt

1 tutam pul biber

Labada kurutup tohum olan tarafları 4 su bardağı su ile birlikte haşlanır. Üstüne süt ve eritilmiş tereyağı ilave edilip bir taşım daha kaynatılır ve üzerine pul biber serperek sıcak olarak kupa bardakta servis yapılır.

