



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARNABAHAAR ÇİÇEĞİ ÇORBASI

1 küçük soėan
1 küçük prasanın beyazı
1 küçük kereviz
1 küçük karnabahar
1 orba kaşığı yağ
2 litre et suyu
2 kahve fincanı un
1 bardak süt
biraz tuz

Karnabaharın dallarını kesip yıkayın, bol kaynar suda 20 dakika haşlayıp çıkarın ve üzerine soğuk su dökerek soğutun. Ardından eklerini teker teker ayırarak bir kaba doldurun. Yağı bir tencerede kızdırın, incecik kıydığınız sebzeleri katıp kavurun, ardından et suyunu ve tuzu katıp kaynatın, içine un koyup karıştırdığınız sütü ağır ağır ilave edin. Ağır ateşte 15 dakika kaynattıktan sonra karnabahar eklerini de katıp bir taşım daha kaynatın.