



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARNABAHAR ÇORBASI

6-7 iek karnabahar
2 kařık un
1 bardak süt
1 soėan
1 fincan mısır
Tuz, pulbiber
Nane
Mısırözü yağı

Soėan küçük doğranır. Sıvıyağda soğanlar sotelenir. Karnabahar İnce ince kıyılır, soğanlara ilave edilerek kavrulur. Su ve süt katılır, karıştırılır. Mısırlar ve tuz ilave edilir. 6-7 dk. kaynadıktan sonra ayrı bir tavada pulbiber ve nane yağ kızdırılır. Çorbanın zerine gezdirilir.