



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARNABAHAAR ÇORBASI

200 gram karnabahar
1 orba kaşığı tereyağı
2 orba kaşığı un
1 su bardađı süt
4 su bardađı su
2 orba kaşığı limon suyu
1 ay kaşığı muskat rendesi
Tuz, karabiber

Tencereye bir miktar su koyup kaynatın. Karnabahtarları içine koyup limon suyunu da ilave edin ki rengi güzel olsun. 10 dakika haşlayıp szn. Tencereye tereyağını ve unu koyup kavurun. zerine sütü ve suyu koyup karıştırın. İçine haşlanmış karnabahtarın yarısını bütün bırakıp diğer yarısını da ezerek ilave edin. Baharatları da koyup 5-10 dakika kaynamaya bırakın. Çorbayı sıcak olarak servis yapın.