



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARNABAHARLI DETOKS ÇORBASI

1 adet patates
1 adet soğan
1 adet kereviz
400 ml.su
6-8 çiçek karnabahar
Tuz
Karabiber
1 dilim Zencefil
Zeytinyağı
1 demet roka
1 dilim limon

Suyu bir tencere koyup limon dilimi ile kaynatın.

Patatesleri küp küp kesin. Karnabahar ve patatesleri ilave edin. Zencefil dilimini koyun.Tuz serpin.

Başka bir tencerede zeytinyağı döküp yemeklik doğranmış soğan ve küp küp kesilmiş kereviz ile soteleyin. Tuz ve tatlı biber baharatını ekleyin.

Sonra 15-20 dk. pişen patates ve karnabaharları tencereden alıp kerevizli karışıma ekleyin. Bir iki yağda çevirip bütün sebzeleri parçalayıcı içine koyun.

Yeteri kadar suyundan da ilave edip çalıştırın. Çorbamız kıvamını bulunca servis tenceresine döküp zeytinyağı gezdirip roka yaprakları ve zencefil rendesi ile süslenir.

