



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KİŞNİŞLİ SEBZE ÇORBASI

Kemikli et
1 kase nohut
3 çorba kaşığı yağ
1 çay bardağı kırmızı mercimek
Orta boy havuç
1 çorba kaşığı salça
1 çorba kaşığı kişniş,
kırmızı biber
250 gr. ıspanak
1 fincan pirinç
Tuz

Akşamdan suda beklemiş, suyu süzölmüş olan nohudu kemikli et ile pişirin. Etleri tencereden çıkartıp, kemiklerinden ayırıp, tekrar et suyuna ilave edin. İçine ayıklanmış, yıkanmış pirinç, mercimek, havuç ilave edilir. Pişmeye yakın yıkanmış ince doğranmış ıspanak ilave edilir. Pişince kişniş ve tuz ilave edilir. Ayrı bir tavada kızartılmış olan yağ ile kırmızı biber üstüne gezdirilir.