



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KÖFTESİZ SÜLEYMANİYE ÇORBASI

<http://www.hurriyet.com.tr>

1 su bardağı mercimek
1 çorba kaşığı un
1 bağ ıspanak
1 tane havuç
3 diş sarımsak
1 çay kaşığı kimyon
2-3 çay kaşığı tuz

Yıkamış mercimeği bir tencereye boşaltın. 5 su bardağı suyu üzerine döküp haşlayın. Ayrı bir tencerede doğranmış sarımsakları zeytinyağında kavurun. Havucu rendeleyip unu ve doğranmış ıspanakları ilave edin. Pişmiş olan mercimeği de suyuyla beraber diğer tencereye ekleyip 5-10 dakika daha kaynatın. Tuz ve kimyonu ekleyip sıcak olarak servis yapın.

