



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## KOLAY YOĞURTLU YAZ ÇORBASI

1 bardak buğday  
1/2 bardak yeşil mercimek  
650 gr. yoğurt  
500 ml. su

Buğdayımızı düdüklü tencerede 30 dk haşlıyoruz, başka bir tencerede yeşil mercimeğimizi de haşlıyoruz. Malzemelerimizi soğumaya bırakıyoruz. Yoğurdumuzu pürüzsüz hale gelene kadar bir fiske tuz ile çırpıp suyu ekleyerek ayran yapıyoruz. içine haşlamış olduğumuz buğday ve mercimeği karıştırıyoruz..Tuz miktarı tercihe göre ayarlanır. İsteğe göre tereyağında pul biber yakılarak süslenebilir.