



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KREMALI ENGİNAR ÇORBASI (5 AY)

2 konserva enginar göbeęi
30 ml süt
1 orba kaşığı un
Çok az tereyaęı
1 imdik tuz

Tuzlu kaynar suda enginar gbeklerini 15 dakika pişirip pre yapın. Sütü, unu çorbaya katıp karıştıarak biraz fokurdatın.