



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KREMALI SEBZE ÇORBASI

Malzemeler

2 orta boy kabak
1 orta boy havuç
1 orta boy patates
3 orba kaşığı krema (100 gr.)
1/2 demet maydanoz
yeterince et suyu veya su
tuz

Tencereye tavla zarı iriliğinde doğranmış kabağı, havucu ve patatesi alalım. Sebzeleri üzerini 3 parmak aşacak kadar su ekleyerek, diriliklerini kaybedene kadar pişirelim. Tencereyi ateşten alalım. Sebzeleri robot veya blender yardımıyla pürüzsüz kıvama getirelim. Tuzunu ayarlayalım. Kremayı 1 kepçe çorbanın suyu ile inceltip ekleyip karıştıralım. zerine kıyılmış maydanoz serperek servis yapalım.