



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUŞKONMAZ EZMESİ ÇORBASI (DİYET)

500 gram kuşkonmaz
2 çorba kaşığı un
1 baş soğan
Yeteri kadar tuz.
2 çorba kaşığı tereyağ

Bir kap içinde iki kaşık un, kıyılmış soğan, tereyağla kavrulur. On beş dakika haşlanmış, suya atılmış kuşkonmazlar dört su bardağı su ile çorbaya konur, piştikten sonra süzğüden geçirilerek hazırlanır.
