



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LEBENİYE ÇORBASI

500 gr parça dana eti
1 su bardađı nohut
500 gr süzme yođurt
2 adet yumurta
100 gr un
250 gr pirinç
1 nane
5 tatlı kaşığı su

Bir gece önceden ıslatılmış olan nohut ve et tencereye konur. Üzerine biraz su ve tuz konarak kaynamaya bırakılır. Kaynamaya yakın üzerinde biriken köpükleri alınır, et ve nohut pişinceye kadar kaynatılır. Et ve nohut pişince içine pirini ilave edilir, pirinçler iyice açılınca ateşten alınır. Diğer taraftan süzme yoğurda yumurta ve un ilave edilerek kısık ateş üzerinde iyice karıştırılır. Yođurt ısınınca içine diğer tenceredeki malzemeler boşaltılır. orba iyice özleşinceye kadar pişirilir. Bir tavada yağ iyice kızdırılır, nane ile karıştırılarak yemeğin üzerine dökülür.