



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MERCİMEK ÇORBASI (DİYET)

1 kişilik
1 tatlı kaşığı diyet yağ
Yarım soğan
1 diş sarımsak
1 çay kaşığı un
2 su bardağı su
1 çorba kaşığı mercimek
1 adet havuç
Bir tutam diyet tuz

Tencerede 1 tatlı kaşığı diyet yağı eritin. Soğan ve sarımsağı yemeklik doğrayıp, tencereye alın. Karıştırarak kavurun. 1 çay kaşığı unu ilave edin. 2 su bardağı su ekleyin. Orta hararetili ateşte kaynatın. Kaynayan suya yıkanmış 1 çorba kaşığı mercimeği ilave edin. Havucu küçük doğrayıp tencereye alın. İyice yumuşadıklarında ateşten alın. Dilerseniz süzüp servis yapın.

[ML® Kebapçı Usulü Mercimek Çorbası için tıklayın](#)

[ML® Mercimek Çorbası için tıklayın](#)
