



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEKLİ SEBZE ÇORBASI

Malzeme

- Yarım su bardağı yeşil mercimek (1 su bardağı haşlanmış)
- Yarım su bardağı barbunya fasulyesi (1 su bardağı haşlanmış)
- 3 yemek kaşığı Sana Kase
- 1 adet kuru soğan
- 2 adet kabak
- 1 adet havuç
- 3 diş sarımsak
- 8 su bardağı et suyu
- 1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber
- 1 tatlı kaşığı kuru nane
- Tuz ve karabiber

Hazırlanışı

Kuru soğanı piyazlık doğrayın.

Kabakların kabuklarını kazıyıp, ince ince doğrayın.

Havucun kabuğunu kazıyıp, halka halka doğrayın.

Sarımsakları kıyın.

Yeşil mercimeği ve barbunya fasulyesini bir gece önceden ıslatıp, ıslattığınız su ile haşlayın.

Haşlarken tuz kullanmayın.

Derin bir tencerede Sana Kase kızdırıp, içine piyazlık doğranmış kuru soğanı ve kıyılmış sarımsakları ilave edip, soğanlar pembeleşinceye kadar kavurun.

Soğanlar renk alınca içine doğranmış havuçları, ilave edip, kavurun.

Havuçlardan sonra doğranmış kabakları ekleyip, kavurmaya devam edin.

Daha sonra içine haşlanmış barbunya ve mercimeği ilave edip, kavurun.

En son olarak içine kırmızı pul biberi, kuru naneyi, tuz ve karabiberi ve et suyunu ilave edip, karıştırın.

Sebzeler yumuşayınca kadar kaynatıp, servis tabağına alıp, çorbayı sıcak olarak servis edin.