



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MEYİR

MALZEMELER:

250 gram dövülmüş buğday

100 gram nohut

Yarım litre ayran

Tuz

HAZIRLANIŞI:

Ayrarı tencereye koyup dövülmüş buğday ve nohudu yıkadıktan sonra ayrana ilave edin. Sürekli karıştırarak çorbayı kaynatın. Belli bir kıvama geldikten sonra ateşten indirip soğumaya bırakın.