



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MİNESTRONE (İTALYA)

Havuç, kereviz sapı, kabak, pırasa, patates
2 soğan
2-3 yemek kaşığı zeytinyağı
3 diş sarımsak
Tuz
Karabiber
Yarım su bardağı haşlanmış kuru fasulye
Yarım su bardağı makarna veya isteğe göre 1 çay bardağı ince bulgur
Tavuk ya da et suyu
1 yemek kaşığı domates salçası

Önce tüm sebzeleri hepsi eşit büyüklükte olacak şekilde küp küp doğrayın.
Zeytinyağını bir tencereye dökün, soğan ve sarımsakları kavurun.
Kereviz saplarını ekleyin ve 1-2 dakika çevirin.
Havuç, pırasa, kabak ve patatesi ekleyin.
Domates salçasını ilave edin, karıştırın.
Tavuk ya da et suyunu ilave edin ve kaynayana kadar kapağı kapatın.
Fokurdamaya başladığında altını kısın ve içine bulgur, makarna ve fasulyeyi ekleyin.
2-3 dakika daha kaynamasını bekleyin ve tuzu, karabiberini ekleyin.
Çorbanızı fesleğen yaprakları, biraz daha sarımsak ve zeytinyağıyla süsleyebilirsiniz.

