



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## SAMSUN MISIR ÇORBASI

1 Kg mısır  
Yarım kilo kuru fasulye  
Bir kaşık tereyağı  
Bir tutam nane  
Kırmızı biber  
Tuz  
1 su bardađı kadar yođurt

Mısırlar iyice yıkanıp kepeği çıkarılır. Fasulyeler de yıkanır. Mısır ve fasulyeler su üzerlerine çıkıncaya kadar bir tencerede kaynatılır. İyice piştikten sonra kaselere konarak üzerine yoğurt dökülür. Kuru nane serpilir. Daha sonra da kırmızı biberli kızdırılmış tereyağı üzerine gezdirilir.