



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MÜLTİVİTAMİN SEBZE ÇORBASI

Yılmaz Hasanusta

2 patates
2 havuç
1 orta boy kuru soğan
1 diş sarımsak
100 gr karnabahar
1 veya 2 tane yeşil biber
2 tane domates
1 tane kabak (orta boy)
1 çorba kaşığı karışık salça
Yarım çay bardağı kırmızı mercimek
Yarım çay bardağı pirinç
Ve isteğe göre baharat
Tavuk veya et suyu
1 çay kaşığı sıvı yağ

Sebzelerin kabukları soyulup yıkanır yemeklik doğranıp tüm malzemeler tencereye konur 3 dakika sotelenince 4 su bardak su ilave edilir. Bir taşım kaynatılmalı blendırdan geçirilip yeniden ocakta çorbayı istenilen kıvama göre pişiriyoruz. Dik olarak üzerine rendelenmiş kaşar veya tirit, 1 dilim limonla servis yapıyoruz.

NOT: Un koymuyoruz patates ve pirinç çorbanın yoğun olmasını sağlıyor, malzemeleri eksiltip veya daha zengin halede getirebilirsiniz