



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÖDEM ATICI ÇORBA

Kabakları güzelce yıkayın.

Soğanın kabuklarını soyun ve ince ince doğrayın.

Kabakları çok küçük doğrayın. (Blendırdan geçirecekseniz iri doğrayabilirsiniz.)

Derin bir tencerenin içine aldığınız zeytinyağına soğanları ekleyin ve soteleyin. Ardından doğranmış biberleri ekleyip kavurun.

Kabukları soyulmuş domatesleri ve ince kıyılmış sarımsakları da ekleyin.

Ardından kabakları ekleyin ve bir miktar daha soteleyin. Üzerine su ilave edin.

Sebzeler yaklaşık 7-8 dakika piştikten sonra içine bulguru ilave edin.

Tüm sebzeler ve bulgur yumuşadığında; tuz, karabiber, kimyon, zerdeçal, zencefil, pul biberi ilave edin.

Son olarak ince kıyılmış maydanoz ve dereotlarını ekleyin ve ocaktan alın.

Çorbanızı dilerseniz taneli, dilerseniz el blendırı yardımıyla ezilmiş şekilde tüketebilirsiniz.

