



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PANCAR YAPRAĞI ÇORBASI

MALZEMESİ:

25-30 pancar yaprağı

3 soğan

2 çorba kaşığı katıyağ

1/2 su bardağı süt

1 su bardağı barbunya veya kuru fasulye

150 gr. kıyma

1 fincan mısır unu

1 fincan pirinç

su

tuz.

Kızdırılmış yağda doğranmış soğanları pembeleştirin ve eti de ekleyip kavurun. Yeterince su döküp, kaynatın ve üstüne, ince doğranmış pancar yapraklarını ilave edin. Haşlanmış fasulye ve ılık suda yıkanmış pirinci, yapraklar yumuşayınca, ilave edin. Kaynayınca, mısır ununu, sütü, tuzu devamlı karıştırarak ekleyin. Fasulyeler yumuşayıp pirinçler şişince ateşten alın.