



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ROKA ÇORBASI

Malzemeler:

250 gr. roka
1 adet soğan
1 adet patates
1 kutu çiğ krema
3-4 bardak tavuk suyu
1 tatlı kaşığı limon suyu
1 kaşık un
Tuz
Karabiber
Mısırözü yağı

Yapılışı:

Soğan kavrulur, un eklenir biraz daha kavrulur. Roka yaprakları ince doğranır. Kavrulmakta olan un ve soğana ilave edilir. Tavuk suyu eklenir. Su kaynayınca, küçük doğranan patates ve çiğ krema ilave edilir. Tuz ve limon suyu ile tadlandırdıktan sonra servis yapılır, isteğe göre çiğ roka yaprakları ile süslenir.
