



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ROKA ÇORBASI

Malzeme:

3 demet roka

1 adet soğan

3 diş sarımsak

1 litre sebze suyu

1 çorba kaşığı krema

1 kahve fincanı Bizim Mutfak Un

2 çorba kaşığı Altın Hasat Sızma Zeytinyağı

Üzeri için :

2 çorba kaşığı süzme yoğurt

Soğan ve sarımsakları kıyıp zeytinyağında kavurun. Unu ekleyip karıştırın. Sebze suyunu ilave edip kaynayınca kadar karıştırmaya devam edin. Kremayı ekleyin ve pişirmeye devam edin. Rokaları kaynar suda 3 dakika kadar haşladıktan sonra soğuk suda şoklayın. Suyunu süzdürerek kremalı karışıma ilave edin. Blenderden geçirip tuz ve beyazbiberle tatlandırın. Kaselele paylaşın. Süzme yoğurtla süsleyerek hemen servis yapın.