



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ROKALI PATATES ÇORBASI

- 3 adet irice minik dođranmiř patates
- 2 orba kaşığı zeytinyağı
- 1 demet roka dođranmiř
- 1 minik sođan ince dođranmiř
- Yarım sarı biber
- Yarım kırmızı biber
- 1 diř sarımsak
- 1,5 litre tavuk suyu + su karışım
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı toz biber
- 50 gr toz parmesan
- 1 minik dilim kızarmış ekmek (süslemek için)

Sarımsak, soğan ve zeytinyağı tencerede 5 dakika kavurup hemen doğranmiş patatesleri içine ilave edin. Hemen ardından 2 renk doğranmiş biberi de tencereye koyun. Hazırladığınız et veya tavuk suyunu tencereye ilave edin. Patatesler 15 dakika sonra iyice yumuşayınca doğranmiş rokaları, tuz ve toz biberi de ekleyin. 5 dakika sonra tencereyi ateşten alın ve bütün malzemeleri blender'dan geçirin. Servis yaparken üzerine 1 ince dilim kızarmış ekmek ve parmesan peynir koyabilirsiniz.
