



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SALAM ÇORBASI

4 kişilik
1 tatlı kaşığı ayçiçek yağ
1 diş sarımsak
1 adet soğan
1 adet patates
150 gram dilimlenmiş ve dörde bölünmüş Macar salamı
10-15 sap maydanoz
3 su bardağı su
1 kahve fincanı taze sıkılmış portakal suyu
Yarım su bardağından az krema
Tuz

Sıvıyağda sırasıyla önce sarımsak ve soğanı sote edin. Arkasından küçük doğranmış patates, salamlar ve ince kıyılmış maydanozu sote edin. Daha sonra su ve taze sıkılmış portakal suyu koyup kaynamaya bırakın. 30 dakika sonra tuz ve krema ilavesi yapın. Servis yapın.