



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SARIMSAK ÇORBASI

5 bař sarımsak  
3 yemek kaşığı zeytinyağı  
1,5,yemek kaşığı ince bulgur  
1,5 yemek kaşığı un  
1/2 çay kaşığı toz zencefil  
1 litre su  
Beyaz biber  
Tuz

Sarımsakların hepsi doğranıp sotelenir.

Sarımsakların üzerine eklenen un, pembeleşinceye kadar kavrulur.

Daha sonra üzerine eklenen su kaynama noktasına gelince tuzu ve baharatları eklenerek servise sunulur.