



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZE ÇORBASI (10 AY)

Yeşil fasulye 30 gram
Taze bezelye 30 gram
50 gram kabak
Patates 60 gram
1 domates
1/2 diş sarımsak
3 fesleğen yaprağı

Yeşil fasulyeleri temizleyip küçük parçalar halinde kesin. Kabağı yuvarlak küpler halinde kesin, Patatesi soyun ve küçük doğrayın. Bir tencere 2 bardak su koyun tüm sebze ekleyin. Kaynadıktan sonra 1 saat pişirin. Bu arada, bir çatal ile domatesi ezin. Ezilmiş sarımsak ve kıyılmış fesleğen ile domatesi karıştırın. Çorbaya ekleyin beraber pişirin.