



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZE ÇORBASI

2-3 yaprak ıspanak
1 küçük patates
1/4 kabak
1/4 havuç
1 ay kaşığı sıvı yağ
1 su bardağı su

Sebzeleri iyice yıkayın , soyun ve tencereye atın.Üzeri kapanacak kadar su ile haşlayın tel süzgecten geçirin.1 çay kaşığı yağ ilave edin (patates yerine 1 tatlı kaşığı pirinç veya kırmızı mercimekte eklene bilir) karıştırarak 1 taşım kaynatın.