



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZE ÇORBASI

<https://www.elele.com.tr>

2 adet kabak
1 avuç ispanak
1 adet kereviz
1 adet soğan
1 küçük patates
1 ay bardağı mercimek
1 tatlı kaşığı zeytinyağı
1/2 demet ayıklanmış maydanoz
1/2 demet ayıklanmış nane
Baharatlar

Bütün malzemeleri 6-7 bardak su ile haşlayıp, blenderden geçirin. zerine dilediğiniz baharatları ekleyebilirsiniz.

