



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

SEBZE ÇORBASI

- 1 Küçük havuç
- 1 orba kaşığı kırmızı mercimek
- 1 Orta boy patates
- 1/2 çorba kaşığı tereyağı
- 1 Orta boy soęan
- 1 Tatlı kaşığı tuz
- 1 orba kaşığı pirinç
- 8-10 Dal maydanoz

Tencereye 7 su bardağı su koyup kaynatarak ince kıyılmış soğan, pirinç ve mercimeği katınız. Sebzeleri iri olarak rendeleyiniz. Pirinç yarı pişince tuzu, sebzeleri ve yağı ilave edip yumuşayınca kadar pişiriniz.
