



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SEBZE ÇORBASI

6 bardak et suyu veya kemik suyu  
3 - 4 patates  
İki üç yaprak lahana  
İki havuç, bir kaşık un  
İki kereviz  
İki baş soğan  
Yeteri kadar tuz  
Bir kaşık margarin yağ

Kemikleri bir gece önce suda bırakınız. İyice temizlendikten sonra bir tencereye koyup hafif ateşte 1 saat pişiriniz. Pişerken üzerinde biriken köpükleri bir kevgirle temizleyiniz. Piştikten sonra ince bir süzgeçten süzünüz. Başka bir tencereye soğanı ince ince kıyınız, yağda pembeleşinceye kadar yakmadan çeviriniz, unu ilâve ederek biraz da böylece kavurunuz. Et suyunu ilâve edip kaynayınca ufak ufak doğranmış sebzeleri sırasıyla önce havucu 10 dakika sonra lahana ve kerevizi indirmeye beş dakika kala patatesi ilâve ediniz. Sebzeler iyice piştikten sonra ateşten alınız. Çorbayı taneli sevmezseniz süzgeçten geçirerek kullanınız.

Not: Bu çeşit çorbalar kışın en sevilen yiyeceklerin arasında gelir. Bilhassa küçük çocuklar için de faydalıdır. Yaptığınız kemik suyunu diğer sebze yemeklerinizde de rahatça kullanabilirsiniz. Yemeğe hem lezzet verir, hem de daha besleyici olmasını sağlar.

---