



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZE ÇORBASI

2 domates
1 havuç
1 patates
1 soğan
2 bardak tavuk suyu
yarım demet maydanoz
7-8 adet taze fasulye
2 orta boy kabak
4 yaprak pazı
1 ay kaşığı karabiber
yeterince tuz

Havuç ve patatesler kp şeklinde doğranarak rendelenmiş soğan ve tavuk suyuyla birlikte tencereye konulur. Havuç ve patatesler piştikten sonra iri doğranmiş kabaklar, kıyılmış pazı yaprakları, 5-6 ya bölünmüş fasulyeler ve rendeden geçirilmiş domatesler eklenir. Sebzelerin hepsi yumuşayınca kadar kaynatılıp tuzu, karabiberi ilave edilip karıştırılır. Tavuk suyuna bir miktar yağ ilave edilip karışıma eklenir. 8-10 dakika dinlendikten sonra ince kıyılmış maydanozlar serpiştirilerek servise sunulur.