



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZE ÇORBASI

Bir gerdandan alınan et suyu «Gerdanın et kısmı ile gerdan rosto yapılır»

1 fincan bezelye

2 adet patates

2 adet orta boy havuç

1 adet kereviz

1 demet maydanoz

1 tatlı kaşığı salça

Birer miktar mevsim sebzeleri kabak, ıspanak gibi

Tuz, karabiber

Yaę

Gerdan'dan alınan suya bezelye, patates, havuç, kereviz ve mevsime göre bulunan yapraklı sebzelerden bir kısım da katılarak iyice kaynatılır. Kaynamanın sonunda tuz, salça ve kara biber de ilave edilir, az bir miktar da şehriye atılır ve şehriyeler pişince ateşten alınıp ince kıyılmış maydanoz serpilerek servis yapılır.