



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ LEVREK ÇORBASI

Malzemeler:

100 gram levrek fileto
30 gram dolmalık biber (sarı kırmızı yeşil)
20 gram kereviz
10 gram kuru soğan
1 ay bardağı süt
1 diş sarımsak
1 yemek kaşığı un
1 ay kaşığı zerdeçal
1 adet havuç
Yarım limon
Yeteri miktarda kekik karabiber tuz kırmızı toz biber

Hazırlanışı:

Levrekleri iri şekilde kesin, soğanı, sarımsağı ince şekilde doğrayın. Dolmalık biberleri, havucu ve kerevizi küp şeklinde doğrayın, soğan, sarımsak ve havucu pembeleşinceye kadar soteleyin. Kerevizleri, renkli biberleri ilave edip biraz daha soteleyin ve 1 yemek kaşığı unu ilave edin. Unu ilave ettikten sonra sütü de ekleyip pişirmeye bırakın. Daha sonra safran, kekik, karabiber, tuz, kırmızı toz biber ve limonu sıkarak tatlandırın. Çorbayı tabağı koyup servise sunun.