



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ SEMİZ OTU ÇORBASI

2 yemek kaşığı margarin
150 gr taze i bakla
200 gr bezelye
2 adet patates
Bir tutam semiz otu
3 adet taze soęan
2 adet yeşil biber
Yeteri kadar tuz

Patateslerin kabuğunu soyup 5 mm kalınlığında kp kesin.2 yemek kaşığı margarinde doğranmış yeşil soğanları kavurun.İçine bezelye, doğranmış yabani semiz otunu, yeşil biber, patates ve i baklayı ekleyip 4-5 dakika kavurun. İçine suyunu ve tuzunu ilave ettikten pişmeye bırakın. Piřince servis tabağına alın.