



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SELAM ÇORBASI

2 çorba kaşığı un
4 çorba kaşığı sıvıyağ
Yarım demet ıspanak
1 su bardağı süt
1 adet tavuk suyu tablet
1 tatlı kaşığı tuz
5 su bardağı su

İspanaklar yıkanır, süzülür ve gelişi güzel doğranır. Tencereye un ve sıvıyağ konur, orta ateşte bir kaç dakika kavrulur. İspanaklar ilave edilir, biraz daha çevrilir. Su, süt, tavuk bulyon ve tuz ilave edilir. Karıştırarak bir taşım kaynatılır. Sonra blenderden geçirilir. Tekrar ateşe konur, bir tık daha pişirilir.