



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEMİZOTU ÇORBASI

1 demet semizotu
2-3 orba kaşığı sıvı yağ
3 su bardađı su
2 orba kaşığı un
1/2 limonun suyu
1 diř sarımsak

Semizotlarını temizleyip, yıkayıp bir kenara koyun. Yağı bir tencereye alın. Semizotlarını ekleyin. Yumuřayana kadar birkaç dakika kavurup suyu üzerine ekleyin. Kaynamaya bırakın. Terbiyesi için; un, sarımsak, limon suyu ve tuzumuzu blendır dan geçirelim. Diđer yandan da iyice pişen semizotumuzu da aynı şekilde blendırdan iyice geçirip azar azar terbiyesini ilave ederek, koyulaşıncaya kadar karıştıralım ve sıcak servis yapalım.
