



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SIHHAT ÇORBASI

- 2 adet patates
- 2 det soğan
- 1 adet yeşil marul
- 4 su bardağı su
- 1 su bardağı tel şehriye
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 fiske karabiber
- 3-4 dal maydanoz
- 1 çorba kaşığı margarin
- 2 adet yeşil biber

Patates, soğan, biber, karabiberi pişiriyoruz. Diğer yanda marullarımızı doğrayıp sıcak su da ıslatıyoruz. Pişirdiğimiz patates ve diğerlerini mikserden geçiriyoruz. Bir tencerede margarini eritiyoruz ve tel şehriyeyi ilave edip kavuruyoruz. Kızarıncaya içine mikserden geçirdiğimiz patates, soğan, maydanozu katıyoruz. Suyunu süzdüğümüz (doğranmış) marulları ilave ediyoruz. Tuzunu biberini ilave edip kaynatıyoruz.