



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SIKI ÇORBA

1 çay bardağı kırmızı mercimek
1 çay bardağı buğday
1 çay bardağı pirinç
1 su bardağı nohut
1 adet kuru soğan
2 çorba kaşığı un
1,5 tatlı kaşığı tuz
1 çay bardağı sıvıyağ
8 su bardağı et suyu

Nohut, buğday akşamdan ıslatılır, ertesi günü haşlanır. Mercimek ve pirinç gece bekletmeden haşlanır. Daha sonra un ve sıvıyağ kavrulur. Üzerine et suyu, tuz ve haşlanmış malzeme eklenir. Birlikte bir taşım pişirilir.