



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SILA ÇORBASI

- 1 kase yoğurt
- 1 adet yumurta
- 2 çorba kaşığı un
- 1 çay bardağı pirinç
- 1 su bardağı nohut
- 1 küçük dmet ıspanak
- 1 çay bardağı sıvıyağ
- 8 su bardağı et suyu
- 1 tatlı kaşığı tuz

Yoğurt, yumurta, un ve 2 su bardağı et suyu karıştırılır, bir tencereye konur. Üzerine yıkanmış pirinç ve haşlanmış nohut eklenir. Isınmaya başlayınca kalan et suyu ve tuz ilave edilir. Diğer yanda ufak doğranmış ıspanak yağda kısa süre kavrulur. Çorbanın pirinci şişince ıspanak atılır, bir taşım daha pişirilir.