



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SOĞUK AYRAN AŞI ÇORBASI

THT Skylife

3 bardak haşlanmış buğday  
1 kilo süzme yoğurt  
2 bardak su  
Yarım demet dereotu  
1 demet semizotu  
Yarım demet reyhan  
1 çay bardağı haşlanmış nohut  
1 tatlı kaşığı kaya tuzu  
4 yaprak yaş nane

Yoğurdu derin bir kaptan su ile beraber çirpin. Dereotu, semizotu ve reyhanı ince ince kıyıp yoğurda ilave edin. Tuzu, kuru naneyi, haşlanmış nohutunu ve buğdayı ilave edip hepsini karıştırın ve soğuk olarak servis edin. Dilerseniz servis ederken içine buz koyabilirsiniz.

