



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AYRAN AŞI ÇORBASI

1 su bardağı buğday
1 su bardağı nohut
1 su bardağı yoğurt
Su
Tuz
Taze nane ve dereotu

Bir gece önceden ıslattığınız buğday ve nohutu haşlayın.
Bir tencereye alın ve üzerini geçene kadar su ekleyin.
Kaynayan su ile yoğurdu ılıştırıp tencereye ilave edin.
Sürekli karıştırarak kaynatın.
Baharat ve tuzunu ayarlayıp altını kapatın.
Soğuması için dinlendirin.
Dereotu ve nane yaprakları ile süsleyip soğuk servis edin.

