



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

AYRAN AŞI ÇORBASI

1 su bardağı buğday
1 su bardağı nohut
250 gram süzme yoğurt
250 gram yoğurt
1 su bardağı su
1 çay kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı dereotu

1 su bardağı buğdayı kaynayan suyun içersine aktarın, üzerine su ilave ederek pişirmeye başlayın. Pişen buğdayları ocaktan alın ve süzdürün. Büyük bir karıştırma kasesinin içine 250 gram yoğurt ve süzme yoğurdu alıp çırpın. 1 su bardağı haşlanmış nohut ve buğdayı ekleyin. 1 tatlı kaşığı tuz da ilave ederek karıştırın. Üzerine 1 su bardağı soğuk suyu azar azar ekleyerek kıvamını ayarlayın. Ardından dereotunu da ekleyerek güzelce karıştırın. Çorbanızı 1 saat buzdolabında soğuttuktan sonra servis edin.

