



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞUK AYRAN AŞI

Bir büyük kase yoğurt
1 su bardağı haşlanmış buğday
Yarım su bardağı haşlanmış nohut
Kuru nane
Taze nane
Tuz
Zeytinyağı
Su

Bir kase yoğurdu tuz ve su ile çırpıyoruz. Kıvamını nasıl tercih ediyorsanız suyunu az veya çok katabilirsiniz. Yani ayran yapıyoruz.

Daha sonra buğdayı ve nohudu ekleyip karıştırıyoruz. Üzerini taze ve kuru nane ile süsleyip, biraz zeytinyağı gezdiriyoruz. Çorbamızı sunarken ise içine atılan bir parça buz da serinletmeye büyük katkı sağlayacaktır.



6