



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOYA SOSLU SEBZE ÇORBASI

1'er adet soėan ve arliston biber
2'şer adet orta boy havuç ve kabak
1 adet orta boy patates
2 ay bardaėı bezelye
1 orba kaşığı zeytinyağı
5 su bardaėı su
3 orba kaşığı soya sosu
Tuz
Karabiber

Kıyılmış soğan ve biberi kavurun. Havuç, patates ve kabağı kp küp doğrayın. Tencereye havuç ve patatesleri de ekleyip 3 dakika daha kavurun. Suyu ilave edin. Malzemeler kaynadıktan sonra bezelye, kabak ve baharatları da ekleyip 20 dakika boyunca kısık ateşte pişirin. Soya sosunu üzerine gezdirip servis yapın.