



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK ÇORBASI

- 1 adet kalçalı but
- 1 adet kuru soėan
- 1 su bardaėı tel Őehriye
- 1 adet havuç orta boy
- 1 adet patates orta boy
- 4 yemek kaŐıėı tereyağı
- 2 yemek kaŐıėı un
- 2 diŐ sarımsak
- 1 ay bardağı nohut (nceden haŐlanmış)

Tavuk kalçayı bütün olarak kaynayan suyun içine bırakıyoruz.4 parçaya böldüğümüz soğanı da üzerine ilave edip haŐlamaya bırakıyoruz.2 y.kaŐıėı tereyağını bir tencereye alıp rendelemiŐ olduğumuz havuç ve patatesi soteliyoruz.Ayrı bir kapta 2 y.kaŐıėı tereyağını ve 2 y.kaŐıėı unu kavuruyoruz.Tavuk suyundan azar azar ilave ederek akıŐkan olmasını sağlıyoruz,tavuk suyunu havuç ve patatesin olduğu tencereye ilave ediyoruz.Diėer kapta hazırladığımız unlu karıŐımı azar azar karıŐtırarak tavuk suyuna koyuyoruz.2 diŐ dövülmüŐ sarımsağı da ekliyoruz.Kaynamaya baŐladıktan sonra 1 su bardağı tel Őehriyeyi ve derisini aldığımız tavuk etlerini kk parçalara ayırdıktan sonra tencereye koyuyoruz.Son olarak tuzunu ayarlıyoruz ve 1 çay bardağı haŐlanmış nohutu ilave edip kaynamaya bırakıyoruz.Not:isteğe göre çorba servis tabağına alındıktan sonra tereyağında kırmızı biber ve nane ile servis yapılabilir.