



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUKLU PANCAR ÇORBASI

Malzemeler:

1 demet kırmızı pancar
200 gr tavuk gs et
Yarım su bardağı yıldız şehriye
6 su bardağı etsuyu
Tuz

Hazırlanışı:

* Tavuk etini küp şeklinde doğrayın. Tencereye alıp üzerine suyu ilave edin. Orta ateşte kaynayıncaya kadar pişirin.

* Pancarları soyup kp küp doğrayın. Kaynamakta olan çorbaya ekleyip diri kıvamda pişirin. Yıldız şehriye ve tuzu ilave edin. Pancar ve şehriyeler yumuşayınca ocaktan alın. Çorbayı kâselere paylaştırıp sıcak servis yapın.