



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

TEYZANIM ÇORBASI

- 1 ay bardađı bulgur
- 1 ay bardađı arpa řehriye
- 1 adet sođan
- 1 orba kaşığı salça
- 1 orba kaşığı tereyağı
- 8 su bardađı tavuk suyu
- 1 tatlı kaşığı tuz

Sođan rendelenir, tencereye atılır. zerine tereyağı ilave edilir, rengi değişene kadar kavrulur. Salça ve yıkanmış bulgur ilave edilir. Bir kaç dakika daha kavurduktan sonra tavuk suyu ve tuz ilave edilir. Kaynayınca arpa şehriye eklenir. Karıştırarak şehriyeler şişene kadar pişirilir. Sıcak olarak servise sunulur.