



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TOYGO ÇORBASI

- 1 Yemek Kaşığı Sana Mutlu Aile
- 1 ay Bardağı buğday
- 1 ay Bardağı haşlanmış nohut
- 1 ay Kaşığı nane
- 1 Yemek Kaşığı un
- 1 Kase yoğurt

Et suyu veya kemik ile yoksa normal su ile buğdayları kaynatalım. Buğdaylar piştikten sonra nohutu ekleyelim biraz daha kaynatalım. Bir kaptan yoğurt ve unu topak kalmayana kadar karıştıralım. Buğday ve nohutun suyundan biraz ilave ederek ılıştıralım. İlişmiş olan yoğurdu buğday ve nohuta sürekli karıştırarak ekleyelim. Kıvama gelince ocağın altını kapatalım. Margarin ile naneyi kızartıp servisten önce çorbaya ilave edelim.
