



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TOYGA ÇORBASI (TOKAT)

<https://www.sabah.com.tr>

1 ay bardağı haşlanmış nohut
1 ay bardağı haşlanmış buğday
1 büyük kase yođurt
1 yemek kaşığı un
Et suyu
Sosu için:
2 yemek kaşığı kuru nane
2 yemek kaşığı tereyağı

Haşlanmış nohut ve buğdayı 15 dakika kadar kaynatıyoruz. Ayrı bir yerde terbiyesini hazırlamak için; yoğurt, un ve et suyunu karıştırıyoruz. Hazırladığımız terbiyeyi yavaş yavaş ılıtarak çorbaya ilave ediyoruz. zeri için, tereyağını eritip altını kapatıyoruz ve kuru nane ilave edip karıştırıyoruz. Piřen çorbaya döküyoruz.