



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

UN ÇORBASI

3 orba kaşığı un
1 orba kaşığı tereyağı
1 su bardađı süt
4 su bardađı su
2 orba kaşığı yoğurt

Tencerenin içine unu koyun. zerine sütü, yoğurdu, suyu ilave edin ve iyice karıştırın. Ocak zerine koyup karıştırarak koyulaşıncaya kadar pişirin. Kaynamaya başlayınca içine tereyağını ekleyin ve karıştırmaya devam edin. Bu orba tuz koymadan pişirilir. Çünkü tuz koyarsanız orbadaki yoğurt kesilir. orbaya servis yaparken tuz koyarsanız daha doğru olacaktır. Servis yaparken istenirse nane ve kırmızı pul biber de koyabilirsiniz.
