



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## YARMA ÇORBASI (ÇANKIRI)

ankırı Meslek Yüksek Okulu

1 su bardağı yarmalık buğday  
1 kase yođurt  
Nane  
1 yemek kaşığı tereyağı  
Su  
Tuz

Yarmalık buğday suda haşlanır.

Haşlanan buğday ocaktan indirilince biraz soğutularak üzerine çırpılmış yoğurt ilave edilir.

Nane yağda kızartılarak çorbanın üzerine dökülür.

Servis yapılır.

Not: Arzuya göre bu çorba yođurt yerine sütle de yapılabilir.