



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YAYLA ÇORBASI (12 AY)

3/4 su bardađı yođurt
1/2 su bardađı su
1 yemek kaşığı pirinç
1 ay kaşığı sıvı yağ
1 ay kaşığı un

Pirinç ayıklanır, yıkanır ve su ile haşlanır. İlimaya bırakılır, yoğurt ve ezilmiş un eklenir. Karıştırılarak pişirilir, yağ eklenir.
