



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## YOĞURTLU DOMATES ÇORBASI

### MALZEMELER

- 1 Kutu domates suyu
- 1 Kahve fincanı kepek unu
- 4 Adet arpacık soğan
- 1 Su bardağı yoğurt
- 2 Su bardağı su
- 1 Çay kasığı karabiber
- 3 Damla acili sos (isteğe göre)

### YAPILIŞ TARİFİ

Domates suyu, kepek unu, su, soğan, tuz ve karabiberi bir tencerede birleştirip, karıştırarak kaynatın. Çorba kaynayınca ateşi kısın ve 10 dakika kaynatın. Pisirdiğiniz çorbayı ocaktan indirip, soğumaya bırakın. Yarım saat sonra yogurdu ilave edip, blendirdan geçirin ya da çırpma teli ile iyice çirpin. Isitarak servis yapın.

NOT : Dilerseniz çorbaya 3 damla acili sos da ekleyebilirsiniz.

1 Porsiyon yoğurtlu domates çorbasının enerji be besin değerleri: 36 kalori, 3 gram protein