



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

YULAFLI MANTAR ÇORBASI

Elif Korkmazel

2 orba kaşığı yulaf ezmesi
1 su bardaęı süt
2 su bardaęı su
1 diř sarımsak
150 gr. mantar
1'er çay kaşığı biberiye, kekik ve tuz
1 orba kaşığı zeytinyağı

Yulafları bir gece önceden yarım bardak suyla ıslatın. Daha sonra yağ hariç tüm malzemeleri blender'dan geçirin. Ateře koyun. Kaynamaya başlayınca tuz, kekik ve biberiyeyi koyun. Tencereyi ocaktan alın. Zeytinyağını katıp servis yapın.