



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütavazi Lezzetler® Mutluluklar Diler

TERBİYELİ MERCİMEK ÇORBASI



- 1 Su bardağı kırmızı mercimek
- 2 Adet patates
- 1 Adet havuç
- 1 Adet kuru soğan
- 2 Su bardağı süt
- 1 Adet limonun suyu
- 1 Çorba kaşığı un
- 2 Tatlı kaşığı tuz
- 5 Su bardağı su
- 2 Çorba kaşığı sıvıyağ

- # Mercimek, patates, soğan, havuç düdüklü tencerede 5 su bardağı suda haşlanır.
- # Haşlanan mercimek ve sebzeler, süzgeçten geçirilir ya da mikserle püre haline getirilir.
- # Diğer taraftan süt, limon suyu, 1 kaşık un, tuz çırpılır.
- # Mercimekli karışımdan, sütlü karışıma 1 kepçe eklenir terbiye böylelikle ılıştırılır.
- # Yavaş, yavaş iki karışım birleştirilir, yağ eklenir.
- # Orta ateşte kaynayana kadar pişirilir.
- # Sıcak servis yapılır.

Not: Terbiyeye arzu edilirse 1 adet yumurta eklenebilir.