



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

MERCİMEK ÇORBASI



- 1 Su bardağı kırmızı mercimek
- 1 Adet orta boy kuru soğan
- 2 Diş sarımsak
- 1 Adet havuç
- 4  orba kaşığı sıvıyağ
- 1 Tatlı kaşığı kimyon
- 2 Su bardağı süt
- 6 Su bardağı su
- Yarım tatlı kaşığı karabiber
- 1 Tatlı kaşığı tuz

- # Tencereye ayıklanmış, yıkanmış mercimek, ince kıyılmış kuru soğan, rendelenmiş havuç ve 6 su bardağı su konur. Mercimek şeklini kaybedene kadar pişirilir.
- #  zerine ezilmiş sarımsak, sıvıyağ, sıcak süt, kimyon, karabiber ve tuz eklenir, karıştırılır.
- #  orba kaynama noktasına gelince ocak kısılır, 5 dakika daha kaynatılır, ateşten alınır.
- # Servis kasesine konur, üzerine kimyon serpilir, sofraya getirilir.

Not: Süt çorbaya katılırken sıcak olursa kesilmez.