



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)
بانو أتابي لذیذ المتواضع من وصفات الأكل

حساء الخضار Sebze Çorbasi



١ عدد جزر
١ عدد يقطين
١ عدد بصل
نصف باقة سبانخ
١ عدد بطاطس
٤ ملاعق حساء زيت
٢ كوب ماء حليب
١ كوب شاي الشعير
١ ملعقة حلو ملح

يقطع الجزر , واليقطين , بصل , السبانخ , والبطاطس , يغلي بمقدار من الماء حتى تصبح ناعم
أيضاً وبشوي الشعير العربية
الخضروات المشوية يجري في الخلاط جيداً (يجري الخضروات من الخلاط مع المياه)
يؤخذ الخضروات المحربة على القدر ويضاف عليها الحليب والزيت والمشوي الشعيرية والملح
يضاف عليها ٢.٥ كوب ماء ولا زياد عليها
يغلي حتى الحماية النقل . تقدم للخدمة وهو حار في أطباق الحساء

ملاحظة : إذا كنت تريد أن تظل واحدة من الخضروات , تغلي ١ ملعقة حساء طحين على الزيت وبعدها تضاف الخضروات , المقطعة ويتم تنفيذ الإجراءات نفسها