



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ARAP USULÜ PATLICAN

Malzemeler:

200 gr patlıcan
30 gr soğan
5 gr sarımsak
30 gr zeytinyağı
20 gr havuç
20 gr kereviz
50 gr domates
5 gr maydanoz
tuz

Hazırlanışı:

Patlıcanları uzununa ikiye bölün. İçlerini oyarak yumuşak kısımlarını bir kenara ayırın. Zeytin yağında doğranmış soğanı, ufak kesilmiş sarımsağı, havuç ve haşlanmış kerevizi, patlıcan içini, tuzu iyice karıştırarak kavurun. Sebze kıymasını içleri oyulmuş patlıcanlara doldurun. Her patlıcanın üzerini bir dilim domatesle kapayıp, maydanozla süsleyin. Sıcak fırında yaklaşık 20 dakika pişirin. Soğuk olarak servise sunun.