



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇAM FISTIKLI ZEYTİNYAĞLI PATLICAN

1 kg patlıcan
1 kahve fincanı zeytinyağı
1 adet soğan
2 diş sarımsak
1 çorba kaşığı Dolmalık Çam Fıstığı
2 adet büyük boy domates
2'şer adet kırmızı ve sivri biber
Tuz

Patlıcanları alacalı soyun ve küp şeklinde doğrayın. Tencereye alın, üzerine zeytinyağını ve dolmalık çam fıstığı'nı ekleyin. Kısık ateşte patlıcanları bir yandan karıştırıp kavururken, öte yandan tuzunu ve yemeklik doğranmış soğanı ilave edin. Karışımı sotelenmeye bırakırken; sarımsağı, biberleri ve domatesleri küp küp doğrayın. Önce domatesi, ardından biberleri ve sarımsağı tencereye alıp, hafif karıştırarak sotelemeye devam edin. Ateşi iyice kısın ve yemeği kendi suyuyla 15 dakika pişirin. Arzu ederseniz, yemeğe bir tatlı kaşığı toz şeker de ilave edebilirsiniz.