



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

## DOMATES DOLMASI

1 Adet Sana Klasik  
1 Çorba Kaşığı MAYDONOZ  
1 Tutam TUZ  
1 Diş sarmsak  
12 Adet NANE YAPRAĞI  
3 Adet PATLICAN  
8 Adet domates

Patlıcanları soyun, 1 cm kalınlığında dilimleyin ve tuz serpin. Bir süzgece koyup 1 saat bekletin, Fırınınızı 180 dereceye ısıtın. Domateslerin üstlerini kesin. Alt kısmın içini kaşıkla oyun ve bir kenara ayırın. Kabuklu kısımların üzerine yağ serpin ve hafifçe tuzlayın. Bir fırın kabına koyup fırında 10 dakika pişirin. Süzgeçteki patlıcanları yıkayıp kâğıt havlu ile kurulayın. Yağı geniş bir tavada kızdırın ve patlıcanları yumuşayınca dek kızartın. Patlıcanları kabaca kıyıp maydanozun yarısı, nane yaprağı ve defne yaprağı ile bir kâseye koyup iyice karıştırın. Domatesleri bu karışımla doldurun. Üzerine kalan maydanozu serpin. Tekrar fırına koyup 5-10 dakika kızartın. Sıcak olarak ya da oda sıcaklığında servis yapın.