



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATES SOSLU ETLİ PATLICAN

4 patlıcan
500 gr kuzu kıyması
2 tatlı kaşığı tuz
5 çorba kaşığı zeytinyağı
1 soğan (ince doğranmış)
1 diş sarımsak (dövülmüş)
1 çorba kaşığı maydanoz (kıyılmış)
1 kahve kaşığı pul kırmızıbiber
1 limonun kabuğu (rendelenmiş)
1 tatlı kaşığı tuz
1 kahve kaşığı karabiber
125 gr (2 su bardağı) haşlanmış pirinç
1 limonun suyu
Sosu :
1 çorba kaşığı zeytinyağı
1 soğan (ince rendelenmiş)
1 diş sarımsak (dövülmüş)
400 gr domates (kabukları soyulup, kuşbaşı doğranmış)
1 çay kaşığı tuz

Sosu hazırlamak için, 1 çorba kaşığı zeytinyağı küçük bir tencerede orta ateşte kızdırınız. Soğanları koyup, nar gibi olana kadar kavurunuz. Sarımsağı katıp, 1 dakika kızarttıktan sonra domates ve tuzu ekleyiniz. Hepsini iyice karıştırıp, kaynatınız. Tencerenin kapağını kapatıp, ateşi kısarak 20-25 dakika, sos koyulaşana kadar pişiriniz. (Sosu, arasıra tahta kaşığın tersiyle ezerek, karıştırınız.)

Patlıcanları yıkayıp, keskin bir bıçakla saplarından itibaren ikiye kesiniz. Kabuğunu zedelemeyen içlerini boşaltarak, içlerine biraz tuz serpiniz. Oyulmuş patlıcanları oyulmuş yanları alta gelecek biçimde, büyük bir tabak yada tepsinin üstüne koyup, bir kenara bırakınız. Oyduğunuz patlıcan içlerini bir kaseye koyup, bir kenara bırakınız.

Büyük bir tavaya 4 çorba kaşığı zeytinyağı koyup, harlı ateşte kızdırınız. Soğanı koyup, pembeleşene kadar kızartınız. Sarımsağı ekleyip 1 dakika kızartarak, kıymayı katınız. Patlıcan içleri, maydanoz, pul kırmızıbiber, limon kabuğu rendesi, tuz ve biberi katıp, tencerenin kapağını kapatarak ağır ateşte 25 dakika pişiriniz.

Haşlanmış pirinci katıp, iyice karıştırınız.

Önce, fırınınızı orta sıcaklığa (190°C) getirip, ısıtınız. Oyulmuş patlıcanların kabuklarını kağıt peçeteyle sildikten sonra her birini kalan 1 çorba kaşığı zeytinyağıyla yağlayıp, büyük bir tepsiye diziniz. Tavayı ateşten alıp, patlıcanların içlerini tavadaki et ve pirinç harcıyla doldurunuz. Üstlerine limon suyunu serpip, fırında 40 dakika, kabukları pişip üstleri pembeleşene kadar pişiriniz.

Patlıcanları ısıtılmış bir servis tabağına aktarıp, yanında domatesli sosuyla servis ediniz.