



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ PATLICAN DOLMASI

5 Orta boy patlıcan
4.5 Diş sarımsak
250 Gr. Orta yağlı kıyma
1/2 Çorba kaşığı kuru nane
2 Çorba kaşığı pirinç
1/2 Limon
3 Orta boy domates
1 Tatlı kaşığı tuz
1 Orta boy soğan
1/2 Çay kaşığı karabiber
8-10 Dal maydanoz

Patlıcanları yıkayıp sap ve uç kısımlarını kesiniz. Ortadan enine ikiye bölerek kabuk kısmı 6-7 mm. kalıncaya kadar içini ince uçlu bir bıçakla oyunuz. Dolma içini hazırlayınız. Patlıcanları doldurup tencereye diziniz. Soyulmuş sarımsak, tuz ve karabiber serpip 2 su bardağı kaynar su dökünüz. Hafif hararetili ısıda yarım saat pişiriniz. Nane ve limon suyu ilave edip bir taşım kaynatınız.

İçinin Hazırlanması:

Kıymayı derin bir kaba koyunuz. İçine ince kıyılmış soğan, maydanoz, pirinç, kabukları çıkartılıp fındık büyüklüğünde doğranmış domates, tuz ve karabiber ilave edip karıştırınız. Domates olmadığı zaman 1/2 çorba kaşığı salçayı bir çay bardağı su ile sulandırıp katınız.