



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TENCEREDE TİKE KEBABI

[Sahrap Soysal](#)

Malzemeler

500 gr kuşbaşı et
4 adet ince uzun patlıcan
Etin terbiyesi için;
4 diş dövülmüş sarımsak
1 yemek kaşığı domates salçası
3 yemek kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı tuz
karabiber
1 çay kaşığı kimyon
yenibahar
Sos için;
2 adet orta boy kuru soğan
5-6 adet orta boy domates
3-4 adet yeşil sivribiber
4-5 yemek kaşığı zeytinyağı (30 gr tereyağı da kullanabilirsiniz)
2 çay kaşığı tuz
karabiber
2 yemek kaşığı nar ekşisi (1/2 adet limonun suyu da olur)

Hazırlanışı

Kuşbaşı kuzu etin in terbiye sosu için; dövülmüş sarımsak, salça, zeytinyağı, tuz, kimyon ve biberleri derin bir kaba koyun. Çatalla karıştırın ve etleri bu sosa aktarıp yoğurarak karıştırın. Ağzını kapatıp buzdolabında bir gece bekletin.

Patlıcanları yıkayıp saplarını kestikten sonra alacalı soyun ve uzunlamasına ikiye bölün. Parçaları 2,5-3 santim kalınlığında dilimleyin, (acı suyunun çıkması için bol tuzlu suda 20 dakika bekletip süzebilirsiniz)

Patlıcanları iyice kurulayın. Çöpşişlere sırasıyla bir patlıcan bir et dizin.

Geniş bir teflon tavaya ya da yanmaz yapışmaz tavaya 2-3 yemek kaşığı sıvıyağ koyup orta ısı ateşte kızdırın.

Çöpşişleri kızgın yağda çevire çevire 7-8 dakika kızartın, (pişirme işlemi mangalda da yapabilirsiniz)

Diğer taraftan, sosu hazırlamak için; zeytinyağının başka bir geniş tavaya koyup orta ısı ateşte kızdırın. İncecik yemeklik doğradığınız soğanları tavaya aktarıp karıştırarak 5 dakika kadar kavurun. İncecik doğradığınız sivribiberleri de ekleyip 2-3 dakika daha kavurun.

Tuz, karabiber, soyup tavla zarı formunda doğradığınız domatesleri katıp kaynatın. Kaynamaya başlayınca ocaktan alıp nar ekşisini ekleyin.

Hazırladığınız bu sosu çöpşişlerin üzerine gezdirin. Ağzı kapalı olarak etler iyice yumuşayınca kadar pişirin. Ocaktan alıp yanında pideyle servise sunun.