



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ABANT KEBABI

250 gr. kuzu kuşbaşı
2 adet domates
3 adet sivribiber
2 adet soğan
200 gr. mantar
3 diş sarımsak
3 adet patlıcan
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
6 dilim kaşar peyniri
2 çorba kaşığı margarin
2 su bardağı sıvıyağ

3 adet patlıcanın saplarının kenarlarındaki yaprakları temizleyin ama saplarını tamamen kesmeyin. Tüm patlıcanları ortadan ikiye bölerek ortalarındaki yumuşak kısımlarını çok az miktarda, bıçakla çıkarın. Üzerlerine bir tutam tuz serpin. Bir kabın içine alarak üzerine gelecek kadar su koyun, 10 dakika bekletin. Bu şekilde acısı alınan patlıcanları temiz su ile yıkayın ve bir havlu kağıt ile üzerindeki bütün suyu alın. Bir tavanın içine 2 su bardağı sıvıyağı koyun ve iyice kızdırın. Kızan yağın içine patlıcanları atarak önlü arkalı çevirerek kızartın. Bu şekilde yaklaşık 7-8 dakika boyunca kızaran patlıcanları önceden havlu kağıt serdiğiniz bir tabağın içine alarak yağın süzdürün ve geniş bir fırın kabının içine dizin. Diğer yanda 2 adet küçük boy soğanı ince ince dilimleyin. 3 diş sarımsağı ince ince kıyın. 3 adet içi temizlenmiş sivribiberi ince ince doğrayın. Kızgın bir tencerenin içine 2 çorba kaşığı margarin koyun ve eritin. Üzerine önceden dilimlediğiniz soğan ve sarımsakları atın ve altın sansı renk alana kadar kavurun. Soğanlar kavrulunca üzerine 250 gram yağsız kuzu kuşbaşını ilave edin. Bu şekilde 5-6 dakika kavurun. Önceden doğradığınız sivribiberleri tencereye ilave edin ve karıştırın. Üzerine 1 kutu konserve mantarı da ilave edin son olarak 1 çay kaşığı tuz, 1 çay kaşığı karabiber ilave ederek 4-5 dakika daha kavurun. Tencerenin kapağını kapatarak etler yumuşayınca kadar 30 dakika daha pişirin. Tencerenin kapağını açın ve önceden doğradığınız domatesleri yemeğin üzerine ilave edin. Bu şekilde 2 dakika daha kavurarak pişirin ve ocağın altını kapatın. Bu karışımı fırın kabına dizdiğiniz patlıcanların üzerine yerleştirin. Üzerine birer dilim kaşar peyniri dizin. Ardından tepsinin üzerine 1-2 çorba kaşığı su gezdirin. Yemeği önceden 175 derece ısıtılmış fırında kaşarlar renk alıncaya kadar yaklaşık. 10 dakika pişirin.