



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARNİYARIK

<https://kalbinidinlesen.com>

Yağsız dana kıyma - 200 gr
2 adet közlenmiş orta boy patlıcan - 300 gr
1 adet küp kesilmiş soğan - 100 gr
1 çay bardağı haşlanmış yeşil mercimek - 100 gr
1 yemek kaşığı zeytinyağı - 10 gr
1 tatlı kaşığı kimyon - 4 gr
1 silme çay kaşığı toz tarçın - 1 gr
1 tatlı kaşığı yenibahar - 4 gr
1 silme çay kaşığı tuz - 1 gr
Rendelenmiş yağsız kaşar - 30 gr
Süslemek için;
2 adet orta boy çarliston biber - 30 gr
6 adet orta boy çeri domates - 50 gr

Soğanı yağda kavurduktan sonra kıyma ve diğer malzemeleri ekleyerek harcı hazırlayın. Ortasını yardığınız közlenmiş patlıcanlara harcı koyun. Üzerine rendelenmiş kaşar peynir ekleyin. 180 derece fırında 20-25 dakika pişirin.



Fotoğraf "OlurMuOlur" tarafından gönderildi. 28.04.2021