



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIYMALI PATLICAN DOLMASI

1 kg kemer patlıcan
200 gr kıyma
1 su bardağı pirinç
Yarımşar demet dereotu, maydanoz, nane
1 çay bardağı sıvı yağ
1 çorba kaşığı domates salçası
Yarım çorba kaşığı biber salçası
1 çay bardağı su
Tuz, karabiber

Patlıcanlar soyulmadan 2-3 parçaya kesilir, oyulur, tuzlu suda yarım saat bekletilir. İç malzemesi harmanlanır. Patlıcanların içine gevşek doldurulur. Tencereye dizilir. Üzerine 1,5 su bardağı su eklenir. 35-40 dakika pişirilir. Sıcak tüketilir.