



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LUTUKA (TEKİRDAĞ)

Malzemeler (5 kişilik)

1,5 kg patlıcan

½ kg çarliston biber

1 kg domates

1 çay bardağı zeytinyağı

1 çay bardağı sirke

1 demet maydanoz

1 baş ezilmiş sarımsak.

Patlıcan, biber ve domatesler ateşte közlenir. Kabukları soyulup bir kap içine küçük küçük doğranır.

Domateslerin suyunun kalmaması için kısa bir süre ateşte kavrulması iyi olur. Domatesin pişirilmesi sırasında içine ezilmiş sarımsak ilave edilir.

Karışımın pişmesinden sonra ayrı bir kaptaki doğranmış olan patlıcan ve biberlerin içine bu domates karışımı ilave edilir. Üzerlerine maydanoz ilave edilip servis tabağına alınır.