



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MAMZANA

Malzemeler:

6 patlıcan
3 domates
5-6 sivri biber
1 demet maydanoz
750 gr. yoğurt
3 diş sarımsak
2 kaşık yağ
1 çay kaşığı kırmızıbiber
Tuz

Yapılışı:

patlıcanlar ucundan başlayarak ocakta çevire çevire közlenir. Kabukları soyulup incecik kıyılır. Domates, biber ve maydanoz küçük küçük doğranıp patlıcanlara katılır. Tuz atılır. Üzerine sarımsaklı yoğurt dökülüp, kırmızıbiberli yağ gezdirilir.